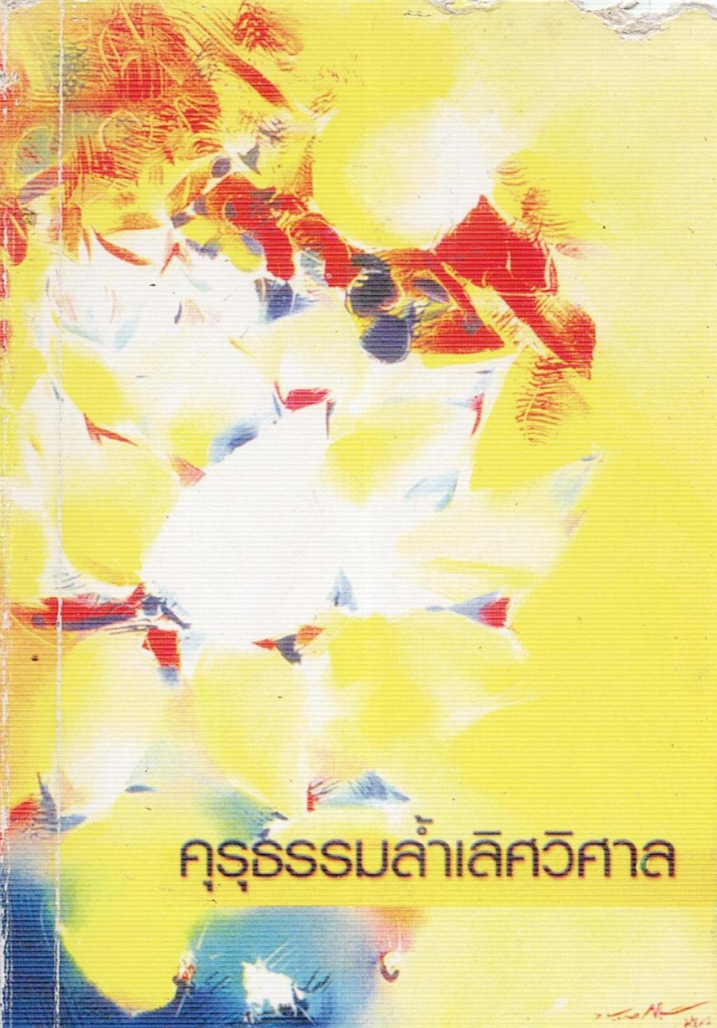


คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล

อุบายธรรม

หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ

วัดป่าวิเวกวัฒนาราม จ.มุกดาหาร

คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล อุบายธรรม หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ


" ให้รู้จักเลือกเฟ้นอุบายธรรม
อันเหมาะแก่จริตนิสัยของตน
เอาแต่แก่นแท้ที่ตนต้องการ
ก็จักสำเร็จประโยชน์ของตนได้ "



หนังสือเล่มนี้
พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

โดย

กองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน

สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ

คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล

อุบายธรรม หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ
วัดป่าวิเวกวัฒนาราม จ.มุกดาหาร

พฤศจิกายน ๒๕๕๕ จำนวน ๔,๕๐๐ เล่ม
โดย กองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน
จัดพิมพ์เผยแผ่เป็นธรรมบรรณาการ ไม่มีจำหน่าย
ตามเจตนารมณ์ของ **เรืออากาศตรี อาคม ทันนิเทศ**

ยุทธนา เพ็งปาน
วิทยุทหารอากาศ ๐๑ มีนบุรี
คลื่นความถี่ ๙๔๕ กิโลเฮิรตซ์ เอ.เอ็ม.
เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๓๐ น. ทุกวันจันทร์-วันเสาร์
เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๕๑๐
โทร. ๐-๒๙๑๔-๖๓๐๗, ๐-๒๙๑๔-๖๕๑๗

✦ การสั่งจ่ายธนานัติ กรุณาสั่งจ่ายปณ. มีนบุรีเพียงแห่งเดียว

✦ การโอนเงินทางธนาคาร กรุณาโอนเข้าบัญชี

- ธนาคารกสิกรไทย สาขามีนบุรี
  เลขที่บัญชี ๐๙๔-๒-๐๓๙๕๖๗ ออมทรัพย์
  ชื่อบัญชี นายยุทธนา เพ็งปาน
- ธนาคารกรุงเทพ สาขามีนบุรี
  เลขที่บัญชี ๑๔๕-๕-๒๔๖๓๔๖ ออมทรัพย์
  ชื่อบัญชี นายยุทธนา เพ็งปาน

เมื่อโอนเงินเข้าบัญชีธนาคารแล้ว
กรุณาส่งสำเนาทางโทรสาร ๐-๒๙๑๔-๖๓๐๗
หรือไปรษณีย์ ที่สถานีวิทยุทหารอากาศ
๐๑ มีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๕๑๐

พิมพ์ที่ ชินอักษรการพิมพ์
๔๒๗/๑๙ ถ.ประชาราษฎร์ สาย ๒ เขตบางซื่อ กทม. ๑๐๘๐๐
โทร. ๐-๒๕๘๕-๒๒๑๔, ๐-๒๙๑๒-๗๘๙๕

อนุโมทนาสาธุการ

เนื่องในปีมหามงคล ๒๕๕๕ อันเป็นกาละที่บรรจบ ๒๖ ศตวรรษแห่งการประดิษฐานของพระพุทธธรรม ที่นับมาแต่การบรรลุพระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น กอปรกับเป็นโอกาสมงคลครบรอบ...ปี กองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน ภายในสถานีวิทยุทหารอากาศ ๐๑ มีนบุรี กรุงเทพมหานคร

โดยปรารภวาระอันเป็นมงคลยิ่งนี้คุณภักดี ทันนิเทศในนามกองทุนฯ ได้แจ้งกุศลฉันทะที่จะจัดพิมพ์หนังสือ

๑. **ครูธรรมล้ำเลิศวิศาล อุบายธรรม หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ**

๒. **เส้นทางแห่งสมณะ โดยพระธมฺมธโร ครูบาแจ๋ว**

เพื่อแจกจ่ายเป็นธรรมทาน มอบแก่สมาชิกกองทุน ตลอดในผู้ใคร่ต่อการศึกษาธรรม และผู้ที่เคารพนับถือทั้งนั้นเป็นการทั่วไปอีกด้วย

การพิมพ์หนังสือธรรมที่ดี แจกจ่ายเป็นธรรมทานนั้น นับว่าเป็นการให้อย่างสูงสุด เป็นการให้อันเลิศชนะแก่ทานทั้งปวงหมดยังเป็นการแสดงน้ำใจปรารถนาดีอย่างแท้จริงแก่ผู้คนทั่วไป โดยได้มอบให้ซึ่งแสงสว่างคือปัญญา และให้ทรัพย์อันล้ำค่าคือธรรมะ อันจะเป็นหลักนำประเทศชาติให้พัฒนาไปในวิถีทางอันถูกต้อง ได้ประโยชน์สุขที่แท้และยั่งยืนแก่ชีวิตและสังคมเป็นลำดับไป

ขออนุโมทนาสาธุการ กองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน ที่มุ่งต่อบุญเจตนาในการบำเพ็ญธรรมทานแห่งการให้ธรรมะเป็นบรรณาการ ในการให้ปัญญาในคราวนี้ ขอกุศลจริยาที่ได้บำเพ็ญร่วมกันแล้วนั้นจงสัมฤทธิ์ผลให้ท่านผู้บำเพ็ญทาน ศึกษาปฏิบัติธรรมทุกท่าน เจริญงอกงามด้วยจตุรพิธพรชัย และให้มวลพุทธบริษัททุกหมู่เหล่าได้ถึงแก่วัฒนาสถาพร ด้วยพลังชีวิต พลังแห่งสัมมาทัสสนะ และสัมมาปฏิบัติสืบไป

เจริญพร

พระธมฺมธโร ครูบาแจ๋ว

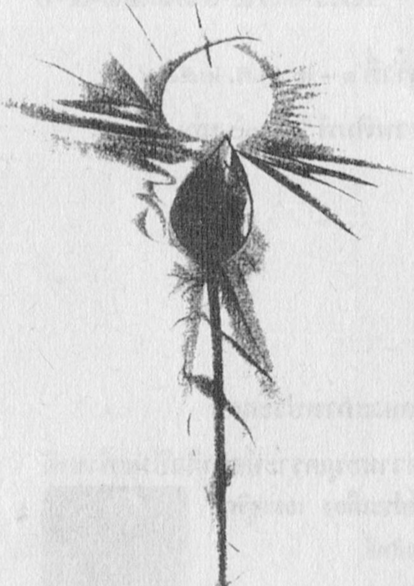
(รักษาการ) เจ้าอาวาสวัดป่าวิเวกวัฒนาราม

๒๐ มิถุนายน ๒๕๕๕

คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล

อุบายธรรมของ...

หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ



รวบรวมโดย

พระธมฺมธโร ครูบาแจ๋ว

คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล

อุบายธรรมของ...

หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ

ISBN : ๙๗๘-๙๗๔-๙๓๓๒๑-๔-๖

พิมพ์ครั้งที่ ๑ – ๒ พ.ศ. ๒๕๔๘ ,

จำนวนพิมพ์ ๔,๗๐๐ เล่ม

ภาพปกและภาพประกอบ

ได้รับความอนุเคราะห์จากศิลปินแห่งชาติ

อาจารย์ประเทือง เอมเจริญ



กราฟฟิกปก

บริษัท เท็กซ์ แอนด์ เจอร์นัล พับลิเคชั่น จำกัด

๑๕๘/๓ ซ.ยาสูบ ๑ ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงจอมพล

เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐ โทร. ๐-๒๖๑๗-๘๖๑๑-๓

โทรสาร ๐-๒๖๑๗-๘๖๑๖

จัดพิมพ์โดย

คณะศิษย์หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ

คำนำ

คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล เป็นบันทึกธรรมะอันเนื่องด้วยองค์หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ แห่งวัดป่าวิเวกวัฒนาราม เลขที่ ๓ หมู่๙ บ้านห้วยทราย อำเภอคำชะอี จังหวัดมุกดาหาร ที่ได้คัดสรรมาจากส่วนหนึ่งของการตอบคำถาม โอวาทนิสัย พระธรรมเทศนาและถ้อยบอกอุบายธรรม โดยผ่านการเลือกเฟ้นจากพระธมฺมธโร ครูบาแจ๋ว
ทั้งนั้น ดังข้อเขียนของตัวแทนคณะศิษยานุศิษย์ผู้หนึ่งว่า

เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี เพราะความเกิดขึ้นแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี เพราะความดับไปแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป

ก่อนหน้านี้อีก ๓๐ ปีเต็มและนับแต่ปี ๒๕๑๒ ที่องค์หลวงปู่ได้มาจำพรรษาอยู่ที่วัดแห่งนี้จวบจนวันเวลาที่เคลื่อนผ่าน ๔๑ ปีแล้วนี้

จากความว่างเปล่า รกร้าง บ้านนอกและกันดาร วัดป่าวิเวกวัฒนารามกลับกลายเป็นร่มอารามอันอร่ามขึ้น เจดีย์บู่ทองกิตติ ก็สร้างแล้วเสร็จส่งยอดชมเสียดท้องฟ้า เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๓๐

ศาลาหลังใหญ่ก็ดูจะคับแคบไป เมื่อถึงวาระวันสำคัญของวัดประจำทุกปี

นับแต่วันที่อุโบสถหลังงามอ่อนโยนและเข้มขลังแล้วเสร็จเมื่อปี พุทธศักราช๒๕๕๒ ทุกอย่างก็ยังคงคืบคลานอย่างเรียบง่าย สันโดษ หลีกเร้น และเรื่อยเรียบ ไม่โฉ่งฉ่าง

นอกจากกระบวนการ ด้านวัตถุที่สำคัญนั้นแล้ว ตลอดสิบปีที่ผ่านมา วิวัฒนาการของหนังสือธรรมะ อันมากมีคุณค่ายิ่ง ถูกระบายบ่งบอกออกมาด้วยภาษาที่ลึกซึ้ง สละสลวย และงดงามยิ่ง ก็ทยอยหลั่งไหล ให้ผู้ใฝ่ธรรม ลูกศิษย์ลูกธรรม ได้อ่าน ได้ศึกษาและเรียนรู้ ได้กำลังใจในการประพฤติปฏิบัติ

หลักธรรม คำสอน ขององค์ หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ ผู้มากมีบุญ โดยพระธมฺมธโร ครูบาแจ๋ว เป็นผู้ร้อยเรียงรับทอดมรดกจริวัตรที่ครูบารุ่นน้อยรุ่นหนุ่มปฏิบัติต่อองค์หลวงปู่ ภาระอันสมแก่หน้าที่ รับผิดชอบที่มีต่ออารามและต่อผองศิษย์ ทุกๆคนทั้งใกล้ไกล ช่างดูงดงามยิ่งนัก ไม่รู้อิ่ม ไม่รู้เบื่อที่จะชื่นชมและกล่าวถึง

เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี เพราะเกิดขึ้นแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น อิทปฺปจฺจยตา

แลแล้วก็รวบกับคำว่า

"พระแม่ธรณีไม่เคยรังเกียจเมล็ดพันธุ์"*

ใช่....ธรรมะทุกบททุกตอนที่องค์หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ ได้แสดงเอาไว้นั้นก็ล้วนแต่เป็นเมล็ดพันธุ์แห่งพุทธโพธิ์ที่องค์ท่านโปรยหว่านลงสู่หัวใจของเราท่านทั้งหลาย เฉกเช่นนี้แล้ว ควรหรือเราท่านจะแสดงกิริยาอาการรังเกียจ เพราะ คุรุธรรมล้ำเลิศไพศาลโดยแท้

อนึ่ง ทั้งหมดนี้เป็นด้วยความสำนึก ในเดชะคุณอันหาที่สุดไม่ได้ในองค์หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ ที่มีต่อศิษยานุศิษย์ ด้วยได้ทำหน้าที่ของผู้เป็นครูพระอุปัชฌาย์ ครูบาอาจารย์ของท่านโดยถ้วนทั่วเสมอกัน

ดังนั้นจึงขออนุโมทนาสาธุการเป็นที่ยิ่ง

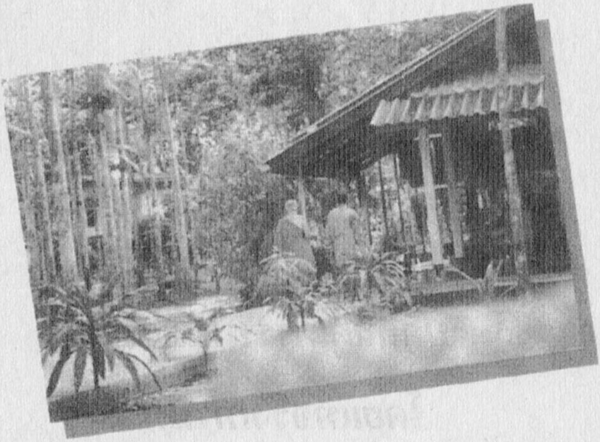
ขออานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั่วสากลพิภพ จงพร้อมกันอภิบาลรักษาทุกท่านให้มีความสุขความเจริญด้วยธรรมะทุกประการสืบไป

โปรดอ่านด้วยความสุขละไม

อาจาริยะบูชาในวาระโอกาส ๑๐๓ ปี
วัฒนุกาลมงคลหลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ
๑๙ พฤษภาคม ๒๕๕๔

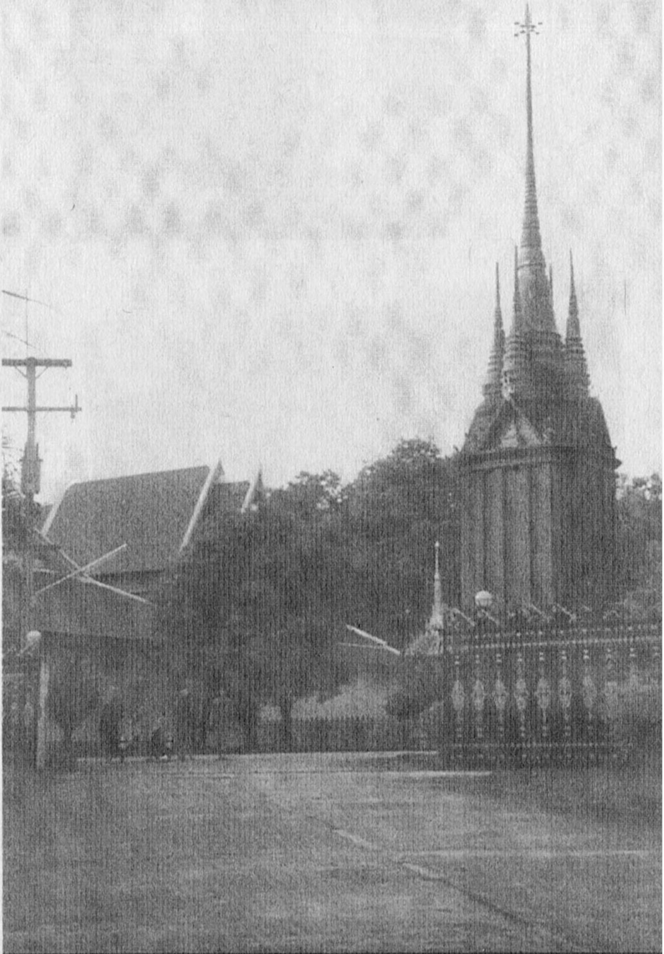
*วาทะบูชาแด่องค์หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ โดย อาจารย์ช่วง มูลพินิจ ศิลปินแห่งชาติ

“บุคคลผู้เคารพในธรรม
โดยแท้จริงเท่านั้น
ที่เพียรอ่านจนจบ
แล้วนำไปขบคิดจนแตกฉาน
จนที่สุด...
ก็นำไปเป็นอุบายปฏิบัติ
ได้ถูกต้อง.”





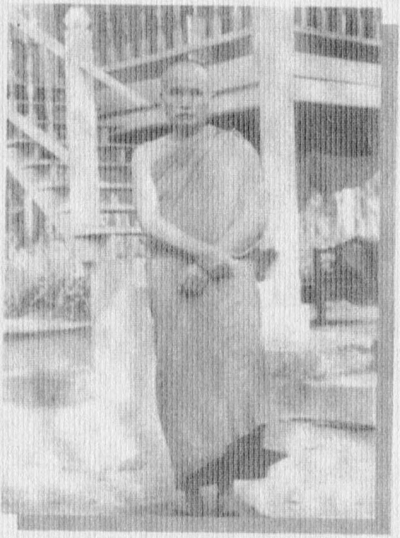




หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ

วัดป่าวิเวกวัฒนาราม

บ้านห้วยทราย ต.คำชะอี จ.มุกดาหาร







สังเขปประวัติ

หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ นับเป็นหนึ่งในพระอาจาริยาจารย์ที่ถือเคร่งในพระธรรมวินัย มั่นคงในพระปรมัตถ์ วิปัสสนา กรรมฐาน ดำเนินชีวิตในมรรคธรรม ออกเที่ยววิเวกรุกขมูล หาความสงบนิ่ง นับได้ว่าเป็นผู้แตกฉานในธรรมะโดยมิพักต้องสงสัย

กำเนิด

เป็นบุตรของ นายกา ผิวขำ และนางมะแง้ ผิวขำ เกิดวันพฤหัสบดี ที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๔๕๓ ขึ้น ๑๐ ค่ำ เดือน ๖ ปีจอ เป็นบุตรคนที่ ๓ ในบรรดาพี่น้องร่วมอุทรทั้งหมด ๘ คน

บรรพชา

ครั้งที่ ๑ ตั้งใจบวชติดตาม องค์หลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต เมื่ออายุ ๑๕ ปี ที่วัดสุทัศนาราม เมืองอุบล พระมหารัฐ รฐฺปาโล เป็นพระอุปัชฌาย์ พระอาจารย์สิงห์ ขนฺตยาคโม นำไปบวช ก่อนหน้านั้น ๘ เดือน ได้บวชเป็นตาปะขาว (ตาผ้าขาว) อยู่จำพรรษากับองค์หลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต ที่เสนาสนะ บ้านหนองขอน อ.หัวตะพาน จ.อำนาจเจริญ ภายหลังองค์หลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต

ได้มอบสามเณรจามให้อยู่ในความดูแลของ พระอาจารย์สิงห์ ขนฺตยาคโม และพระอาจารย์มหาปิ่น ปญฺญาพโล

อายุ ๑๙ ปี ได้ลาสิกขาออกมาเพื่อรักษาโรคเหน็บชา อันเนื่องมาแต่ตกกระไดกุฏิ และการประกอบความเพียรมากเกินไป เช่น นั่งภาวนาในน้ำ ถือไม่นอน และ ฉันน้อย

ครั้งที่ ๒ เมื่ออายุ ๒๙ ปี ที่วัดป่าบ้านโคกคอน อ.ท่าบ่อ จ.หนองคาย พระอาจารย์คำพัน กนฺตสีโล เป็นบรรพชาจารย์

อุปสมบท

เมื่อวันที่ ๒๙ เมษายน ๒๔๘๒ เวลา ๒๐.๓๒ น. ณ พัทธสีมา วัดโพธิสมภรณ์ อ.เมือง จ.อุดรธานี พระเทพกวี (จูม พนฺธุโล) เป็นพระอุปัชฌาย์ พระครูศาสนูปกรณ์ เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระครูประสาทคุณากิจ เป็นพระอนุสาวนาจารย์

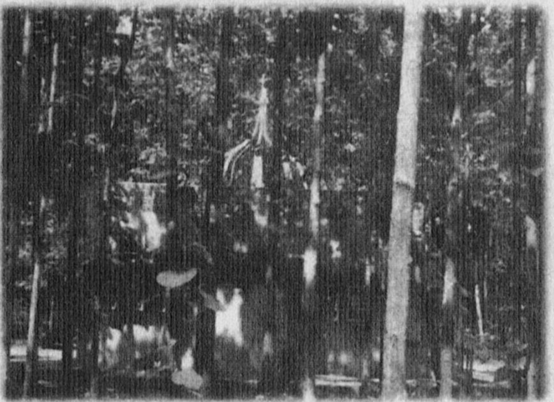
ย้อนไปแต่ยุคสมัยที่เป็นเด็กน้อยฝึกหัดปฏิบัติ วัตรฐากพระธุดงค์กรรมฐานอยู่วัดหนองน่องมาจนสมัยเป็นตาผ้าขาว เป็นสามเณร เป็นพระภิกษุ หลวงปู่จาม ได้ศึกษาสังเกต เรียนรู้ รับใช้ ปรนนิบัติ และศึกษาธรรมจาก

พระปรมาจารย์ – องค์หลวงปู่เสาร์ กนฺตสีโล

พระบูรพาจารย์ – องค์หลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต

และพระเถระชั้นครู สายเมืองอีสาน และพระสุปฏิปันโน สายเมืองเหนือ อีกหลายรูป ทำให้หลวงปู่จามได้ซึมซับข้ออรรถอุบายธรรมนิสัยโกศล มาโดยลำดับอย่างลึกซึ้ง

ปัจจุบันหลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ จำพรรษาอยู่ที่ **วัดป่าวิเวกวัฒนาราม** บ้านห้วยทราย ต.คำชะอี อ.คำชะอี จ.มุกดาหาร



กุฏิหลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ





ประตูทางออกไปบิณฑบาต

อย่าให้เสียผลประโยชน์

ต่อแต่นี้ไป

จงพร้อมพากันตั้งใจของตนทุกคน

เพราะความตั้งใจนี้

เมื่อตั้งได้แล้ว

จะเป็นผลเป็นประโยชน์ได้มาก

อย่า

ให้เสียผลเสียเปล่าประโยชน์

นี่

ก็ได้มาพบพระพุทธศาสนาแล้ว

ก็ตนของตน

มีเจตนาจะเพิ่มเติมบุญบารมี

ไว้ให้แก่ตน

มิใช่หรือ.

ผู้มีปัญญา

ให้รู้สึกใจของตนให้ได้

ว่า

ตนของตนมีทุกข์อยู่

เป็นทุกข์ใจอยู่

เป็นทุกข์กายอยู่

ให้คิดว่าตนของตนเกิดมาหาทุกข์

รู้สึกทุกข์มีอยู่

จึงจะพ้นทุกข์ได้

ผู้รู้สึกในทุกข์

ชื่อว่า

เป็นผู้มีปัญญา

ที่จะแก้ไขให้ตนของตน

พ้นจากทุกข์ไปได้

ดับทุกข์ได้.

มันไม่รู้จบ

บำรุงบำเรอแล้ว
มันได้อะไรให้แก่ตนบ้าง
ข้าวน้ำโภชนาหารลูกไม้ผลไม้
คาวหวานทิ้งลงทุกวัน
วันละหลายครั้ง
ก็ไม่เห็นได้อะไรขึ้นมา
มันยังมีเจ็บไข้
มีแก่ชรา
มีคร่ำคร่าทรุดโทรม
มีดับมีตาย
นั่นก็ทุกข์ นี่ก็ทุกข์ มันไม่รู้จบ
เหตุเพราะมัวเมาแก้ไขแต่ภายนอก
ภายในทำไมไม่แก้ไขบ้าง
คิดอ่านบ้าง เสาะหาหนทางบ้าง
แก้ไขใจของตนบ้าง
เพราะใจภายในนี้มันจบลงได้.

ได้ด้วยอาการอย่างใด

ชีวิตนี้

วันนี้

เดี๋ยวนี้

ให้ตั้งใจฝึกหัดไว้

ฝึกฝนตนของตน

ให้ได้นิสัยไว้ ใจเรามีอยู่

รู้ดีรู้ชั่วอยู่แล้วทุกคน

รู้แล้วให้รู้ว่าอยู่ในตัว

ดี -๑-

ชั่ว -๑-

ใจ -๑-

อยู่ได้ด้วยกันอย่างนี้

จะทำตนของตน

ให้บริสุทธิ์ ได้ด้วยอาการอย่างใด

ให้คิดอ่านในตนให้ดีเถิด.

บารมียังไม่แก่กล้า

บารมียังไม่แก่กล้า
ก็ฝึกหัดเกิดตายไปก่อน
จนกว่าจะเบื่อหน่ายการเกิดตาย

จึงมาฝึกหัดให้รู้จักทุกข์
จนเบื่อหน่ายในทุกข์ เบื่อหน่ายในสุข
ก็จะละสุขทิ้งทุกข์ไปได้
จึงจะพ้นจากการเป็นสุขเป็นทุกข์ได้

กิจใด ๆ ก็เป็นธรรม
รูปก็เป็นพระธรรม
นามก็เป็นพระธรรม

จบบริบูรณ์ได้ตลอดไป
เพราะยินดีมัวเมาในสุข
จึงไม่ชอบทุกข์ ก็ไม่รู้จักทุกข์
ละคลายหน่ายถอน จึงไม่เป็น.

ผู้รู้

ผู้รู้ - ผู้เดียว

รู้อยู่

ทำความรู้สึกอยู่

รู้สึกในจิตอยู่

ให้จับเอาแต่ผู้รู้

อย่าละทิ้งผู้รู้

จิตตั้งได้เพราะมีผู้รู้ รู้อยู่

การจะวางภาระ

การจะวางสัมผัส

การจะวางทุกข์สุข

การจะวางตนของตน

ต้องมี ผู้รู้

จะขาดผู้รู้ไปไม่ได้

รู้ได้

จึงจะ

วางได้.

อะไรสำคัญกว่า

อายุจะมากจะน้อยไม่สำคัญ

จะบวชวันนี้วันวาน

หรือ

จะเป็นพระเถระอาวุโส

ไม่สำคัญ

สำคัญว่า

ตนของตน

มีศีล

มีวิริยะ

มีศรัทธา

มีสติ

มีปัญญา

อยู่ในตนของตนหรือไม่

จึงว่า

ควรตั้งใจของตนอยู่เสมอ.

อย่าเมาเกินไป

เราทั้งหลาย
อย่าเมาเกินไป

อย่าลืมเพลิดเพลินจิต
จนลืมสาระของใจ

แต่ละชาติเกิดมา
เข้าใจว่าโลกนี้เป็นของใหม่
เพราะปัญญาไม่พอ

โลกนี้ที่แท้
ก็เป็นของเก่าในวัฏฏะ
เกิดตายหลงใหลในของเก่า

ให้ตั้งใจให้ดี
อย่ามัวเมาประมาทเกินไป.

ผู้อบรมตนเอง

ทุกคนต้องสอนตนเอง

ดีกว่าที่จะให้

ใครผู้ใดคนอื่นมาบอกมาสอน

จะเอาอะไรมาสอน

-๑- ศีล

-๒-สมาธิ

-๓-ปัญญา

นี่หวังความเข้าใจ

หวังความเจริญ

จึงชี้ช่องบ่งโทษให้

เอ็นดูอยากให้รู้อยากให้แจ้ง

จึงบอกให้อบรมตนของตน

ผู้อบรมตนของตน

ต้อง

เป็นผู้บอกตนสอนตนได้.

รู้รักษา

การรักษาใจของเรานี้

เราต้องรู้จักรักษาอารมณ์

โกรธเกิดจากอะไร

รู้อย่างไร

ดับอย่างไร

อยากได้เกิดจากอะไร

รู้อย่างไร

ดับอย่างไร

หลงมัวเมาเกิดจากอะไร

รู้อย่างไร

ดับอย่างไร

มีอารมณ์ใดบ้างที่หนีไปจาก

ทุกฺขํ อนิจฺจํ อนตฺตา

มีไหม ?

ไม่มี !.

ก็แต่ชอบใจ

ผู้ปฏิบัติจะรู้ได้ด้วยตัวเอง

ชี้บอกไว้แล้ว

จะทำหรือไม่ทำหรืออย่างไร

ก็แต่ชอบใจ

ขี้เกียจขี้คร้าน

ข้ออ้างวุ่นวาย

ก็สุดแล้วแต่

เพราะมีทุกข์ในวัฏฏะรอคอยอยู่แล้ว

เกิด

แก่

เจ็บไข้

ตาย

หนีไม่พ้นหรอก

เพราะตัวตนไม่ใส่ใจตนของตน.

หน้าที่ของใจ

อยากได้ จะไม่ได้

อยากเป็น จะไม่เป็น

อยากเห็น จะไม่เห็น

ไม่อยาก มันก็อยาก

ใจนี้มันของยากที่สุด

ตั้งใจให้ดี

หน้าที่ของใจ

คือ กำหนดภาวนา

ให้ยินดีพอใจ แต่ไม่ใช่ไม่อยาก

เต็มใจทำ - ตั้งใจทำ

พากเพียรของตน

จะได้ - ไม่ได้

จะเป็น - ไม่เป็น

ก็สุดแต่เหตุ...

หน้าที่เราตั้งใจเท่านั้น.

ทำไปดีกว่าไม่ทำ

การทำความดีทั้งปวงก็เพื่อให้ได้เป็น
นิสัยอุปนิสัยเหตุปัจจัย ในตนของตน
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
ยังมีอยู่ครบ

นี้เองแหละ

ที่เป็นหลักฐานของความดับทุกข์

อย่าประมาท

ตั้งใจรักษาตนของตนไป
ได้เท่าใดก็ให้ยินดีเท่านั้น

หนทางมีอยู่

เราต้องเดินตามทาง อย่าออกนอกทาง
ทำไปดีกว่าไม่ทำ เพราะ
ผลของการปฏิบัติยังมีอยู่.

อย่าสงสัย

ให้เอาใจรู้ใจ

จะรู้จะเห็นอะไรก็ตามอย่ายินดี

ทำความรู้อยู่ที่ใจเท่านั้น

ให้รู้สึกว่า ใจอยู่ที่ใจ

รู้สึกด้วยตนเอง

ทำสติปัญญาไว้

อย่าสงสัย

ความเชื่อ ๑

ความจริง ๑

ย้ำให้มั่นคงลงให้ได้ในใจ

จะประกอบกิจใด ๆ ก็ตาม

ต้องรู้สึกอยู่ที่ใจ

ใจกับกิริยานอก

ใจกับกิริยาใน

รู้จักใจของตน.

ธาตุนอกธาตุใน

คนหนุ่มราคะกำหนัดมันแรง
ต้องพิจารณาธาตุให้แตกให้แจ้ง
ดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ จิต
ธาตุ อสุภะ
ธาตุ อสุภัง
ธาตุ ปฏิกูล

พิจารณาจากนอกเข้าใน
ปัจจัย ๔ นั้นเป็นธาตุนอก
ส่วนรูปกายนั้นเป็นธาตุใน
เมื่อปฏิกูลสกปรกเน่าเหม็น
ก็เพราะธาตุในเน่าบูดแปรปรวน
ทำให้ธาตุนอกแปรอะเปื้อนไปด้วย
ธาตุ ทุกฺขํ ธาตุ อนิจฺจํ ธาตุ อนตฺตา
พิจารณาให้ชัด..
กำหนดรู้ใจจึงลงได้เพราะสังเวช.

ระวังบาป

ทางมาของบาปของตน

เพราะ

๑. *ไม่ดูความผิดของตน*

๒. *ทำผิดจนเคยตัว*

๓. *คิดผิดธรรมผิดวินัย*

จึงว่า...

ให้ระลึกถึงตน ตรวจตราตนเอง

จิตดี ก็คิดดีเพราะสังขารมันดี

จิตทราม ก็คิดทรามเพราะสังขาร

ไม่ดี

ฉะนั้น...

รักษาจิตให้ดี

อย่าทำผิด – อย่าทำชั่ว – อย่าคิดผิด

ประเดี๋ยวจะเป็นบาปได้บาป.

อย่าหลงฤทธิ์ของใจ

จิตเบา ทำให้กายเบา

จิตหนัก ทำให้กายหนัก

ท่านอาจารย์ตื้อ (อจลธมฺโม) ฝึกหัด

จนจิตเบากายเบาซาน (เหาะ) ไปได้

ท่ามกลางอากาศ

เพิ่นครูอาจารย์มั่น (ภูริทตฺโต) ห้ามไว้

"ตื้อ ไม่อัศจรรย์หรอก

แมงขี้หมูก็บินได้ นกก็บินไปมาได้

อย่าหลง.!"

"ครับผมไม่หลง"

ผู้จิตหนักกายหนัก หนักจนแผ่นดิน

หนาแสนหนาก็รับเอาไว้ไม่ได้

จนแผ่นดินสูบลงไปถึงอเวจีมหานรก

เช่น พระเทวทัต เป็นต้น

ผู้ไม่มีทุกข์

เมื่อโทษทุกข์ของตนไม่มี
ก็ให้รู้ว่าตนไม่มีโทษ

เพราะเราเป็นเราอยู่วันนี้
ก็อาศัยการอบรมด้วย
อาการหยาบ เราก็เอา
อย่างกลาง เราก็อบรม
ที่สุดละเอียด เราก็อบรม
นิสัยปัจจัยได้จากการอบรม
ผู้อบรมตนได้ดีแล้วก็หาโทษไม่ได้

ผู้ไม่มีโทษ
ก็
ไม่มีทุกข์
ไม่มีทุกข์
เพราะ
ไม่มีโทษภัย.

กามกับใจ

ความชอบใจ - ความไม่ชอบใจ

ความยินดี - ความยินร้าย

อำนาจความใคร่ความปรารถนา
ความนิยมว่าตน ว่าของตน
รวมลงคือความยึดถือในวัตถุใดๆ
เหล่านี้ท่านว่าเป็นชาติของกาม
แล้วก็ยึดถือด้วยอำนาจของกาม
กามมันอยู่ของมันเฉยๆ
แต่ใจที่โง่เขลาเศร้าหมองกลับไปดำริ

ยินดีก็ใจ ยินร้ายก็ใจ
ชอบก็ใจ ไม่ชอบก็ใจ
ใคร่ปรารถนาก็ใจ
ยึดนิยมตนก็ใจ ผู้อื่นก็ใจ
ฝึกให้ทันใจ ให้รู้ใจ

รู้ใจได้ จึงรู้แยกกามออกไปได้.

คือใจ

ย่อลงให้เหลือที่สุด

ก็เหลือแต่การประกอบกุศล

คำว่า “*ประกอบ*” มีอยู่ ๒ ส่วน

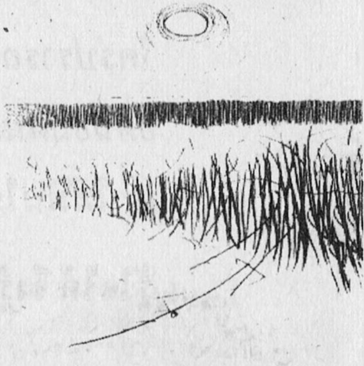
ส่วนหนึ่ง ทำให้มีขึ้น

ส่วนสอง ป้องกันไม่ทำ

ขจัดบาปให้หมดไป

หากจะว่าแล้วย่อที่สุดก็คือ “ใจ”

อยู่ในอันเดียว **ใจใครใจมัน.**



เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของตน

การมีสติ

การมีความละอาย

การมีความสะดุ้งกลัวบาป

ย่อมเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของตน

เพราะ...

เราประพฤติตนเป็นผู้กีดกันบาป

ไม่เปิดทางให้กิเลส

ทำตนไม่ย่อหย่อน

สำรวมระมัดระวังตั้งมั่นอยู่เสมอ

รักษาตนของตนให้ดีเน้อ.



เรื่องที่ต้องศึกษา

ความรู้ความเข้าใจในเบื้องต้น

เป็นเรื่องที่สำคัญมากในการเริ่มต้น

เพราะว่า หากเป็นความรู้ถูก

เราก็เข้าใจถูก

นำไปปฏิบัติได้ถูก

ผลออกมาก็ถูกต้อง

"การปฏิบัติผิดทาง ไม่เป็นผล

แล้วซ้ำยัง ให้โทษเป็นโทษ"

ให้เข้าใจว่า ตัวเรานี้เป็นธรรมทั้งหมด

กายใจนี้เองเป็นธรรม

แต่ต้องใช้กายให้เป็น

ใช้ให้เป็น เพราะ

กายใจเป็นฐานที่ตั้งลงของพระธรรม

คำสั่งสอนและธรรมเป็นเรื่องที่ทุกคน

ต้องศึกษา.

เหตุปัจจัยของธรรม

เหตุผลของความดี

คือ...

- *เหตุดี*
- *คิดดีคิดชอบ*
- *พิจารณาดี*
- *ภาวนาไว้ชอบ*
- *ประกอบด้วยธรรม*
- *เป็นเหตุให้ฉลาด*

ผู้มีปัญญาเท่านั้นที่จะรู้ถึงได้

"ใจที่อยู่ในธรรมนั้น...

คือใจที่อยู่ในปกติ"

จึงเป็นเหตุปัจจัยของธรรม.

ทางปลอดภัย

สุขทุกข์ไม่ติดตาม

สุขทุกข์ไม่มีอำนาจ

ไม่มีอารมณ์ใดจะมาแผดเผาใจ

ไม่หวั่นไหว

ไม่หวนไปหวนมา

ที่สุดแห่งสุขทุกข์ไม่มีอำนาจอีก

เมื่อเป็นเช่นนี้ พระนิพพาน

จึงเป็นสุขโดยส่วนเดียว

ด้วยเหตุนี้...

ต้นทางจึงว่าเราต้องคบหาแต่คนดี.



ดูที่ผล

ให้ดูที่ผล
ตัว *โลภะ* ย่อมให้ผลเป็นทุกข์
เมื่อให้ผลเป็นทุกข์ก็ให้ละเสีย

แต่สิ่งใดให้ผลเป็นสุข
ก็อย่านับเข้าว่าเป็นโลภ
เพราะเป็นมรรคเป็นทางปฏิบัติ
สุขนั้นก็ต้องเป็นสุขอย่างธรรม

เมื่อเป็นไปเพื่อธรรม
ก็ควรทำให้เกิดทำให้ดีขึ้น

การแก้เหตุต้องรู้ผล
มีสติรู้ตนอยู่เสมอ.



ผู้มีความสามารถ

ให้เชื่อว่าตนนั้น

เป็นผู้มีความสามารถคนหนึ่งพอที่จะ

รักษาศีลได้

ทำภาวนาได้

มีปัญญาอยู่ได้

ตั้งใจรักษาศีล บำเพ็ญตนของตน

ให้สะอาดใน ศีล สมาธิ ปัญญา

และมิให้ท้อถอย

อุตสาหะพยายามทำให้เต็มที่ทุกอย่างไป

เพื่อเค้นตนนี้ให้สมบูรณ์ด้วยศีลและวัตร

จากนั้นตั้งใจบำเพ็ญทำจิตให้ตั้งสงบได้

เมื่อใดปัญญาเกิดขึ้นก็จักรักษาแก้ไขได้

เราทำของเราอยู่อย่างนี้...

จึงจะได้ชื่อว่า

เป็นผู้ปฏิบัติตามโอวาทของพุทธะ.

แก้บ้า

คนที่ภาวนาแล้วเป็นบ้า

บ้าเพราะหลงอารมณ์หลงจิตหลงนิมิต

เรียกบ้ามันเกิดเพราะสมาธิ อีกทั้ง

มีบุพกรรมแต่ปางหลังส่งผลด้วย

ไม่ใช่ว่าภาวนาแล้วบ้าทุกคนไป

ให้เลิกวิตก วิจาร

ทำใจให้เป็นอุเบกขา

ดีก็ช่าง

ร้ายก็ช่าง

อะไรก็ช่าง

อุเบกขารู้ตัวอยู่

เจตนาแรงกล้าเป็นตัวอยาก

อยากเป็นกิเลส เป็นวิปัสสนู

เพราะทำจิตให้ผิดปกติเดี๋ยวขึ้นเดี๋ยวลง

แก้บ้าต้องละวิตก ละวิจาร ละอยาก.

ความกว้างของนักบวช

เราบวชกันเข้ามาแล้ว

ต้อง

อบรมจิตของตนให้...

กว้างขวาง

เผื่อแผ่

เมตตามักน้อย

สันโดษ และ

ให้เฉลียวฉลาด...

ในศาสนาอุบายธรรม

การปฏิบัติ จึงจะเป็นไปได้บ้าง.



ธรรมชาติของสังขาร

ธาตุดิน

ธาตุน้ำ

ธาตุลม

ธาตุไฟ

นี้เองพาให้เราถึงธรรม

ธรรมะ คือ เห็นความแปรปรวน

เปลี่ยนแปลง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

การดับไปของ

สังขารทั้งปวง

นั่นคือ

เห็นธรรมชาติของสติสังขาร

เห็นอย่างรู้ทัน

เห็นอย่างรู้แจ้ง

เห็นอย่างรู้ได้

เห็นแล้วเข้าใจ.

ในตนของตน

รูปร่างกายนี้มีอาการ ๓๒

อันเป็นเครื่องหมายนิมิตของธาตุ

ของแข้นแข็ง ธาตุดิน

ของเลอะเหลว ธาตุน้ำ

ของร้อนอุ่น ธาตุไฟ

ของพัดไหว ธาตุลม

ของโปร่งเบา ธาตุอากาศ

โดยมากรู้กันแค่นี้ ไม่ทำความรู้ให้มากกว่านี้

-อะไรอสุภะ ? -อะไรอสุภัง ?

-อะไรปฏิกูล ? -อะไรอนิจจัง ?

-อะไรทุกขัง ? -อะไรอนัตตา ?

-อะไรเป็นธรรม ?

ต้องให้รู้ได้ เข้าใจได้ให้ลึกซึ้ง

ให้ได้ในตนของตน.

หลง

หลงตน เป็นโลภ

หลงรูป เป็นตัณหา

หลงอารมณ์ เป็นกิเลส

หลงจิต เป็นวิปัสสนู

หลงโลก เพราะเล่นอยู่กับใจ

ตามใจเจ้าของ

ก็ไหลตามกิเลส

ก็เมาซ้าย เมาขวา เมาหน้า เมาหลัง

ไม่รู้จบไม่รู้แจ้ง

หลงตน หลงทาง หลงโลก

กำลังญาณไม่พอก็เป็นเช่นนี้

จะละก็อาลัย

จะไปก็คิดฮอด

จะถอดถอนก็ไม่รู้ช่องทาง.

ทั้งสองอย่าง

เจริญจิตอย่างเดียว

จนรู้ภพ-ชาติ- เกิด-ตาย

จนระลึกชาติได้ได้ฤทธิ์ได้เดช

รู้จิตรู้วาระจิตของผู้อื่น

รู้นึกคิดของผู้อื่น

นี่ก็ยังไม่พอ เพราะโมหะยังคลุมจิตอยู่

ที่นี้เจริญจิตแล้ว ต้องเจริญวิปัสสนา
ควบคู่กันไปด้วย

จิตจึงไม่หวั่นไหวได้ เพราะ

เพิกโมหะหลงตนหลงจิต

ออกไปได้

ด้วยเหตุนี้ เมื่อจิตดับนิวรณ์ได้

แต่ยังดับวิปัสสนูยังไม่ได้

จึงว่าต้องเจริญทั้งสองส่วนควบคู่กันไป

ตลอดไป.

มากมายหลายอาการ

จริตนิสัยของเรานั้น

มันเหมือนกันเมื่อใดเล่า

มันสุดแต่ความฉลาดของตน

ไหวพริบในการดำเนินจิต

เพราะจิตใจของเรานี้มากมายหลายอาการ

จิตใจของปุถุชนต้องเป็นเช่นนี้

แต่.. อุบายในการดำเนินจิตนี้

ต้องควบคู่กันไป

เหมือนกับการก้าวเดินไปซ้ายไปขวา

นี่เหมือนกัน

ต้องทำทั้งจิตในสมถะและ

ทำจิตในวิปัสสนา

ควบคู่กันไป

ให้รู้สึกได้ในทุก ๆ วันตลอดไป.

ความละเอียดถี่ถ้วน

ภายนอกให้ละเอียดเสียก่อน
ให้ละเอียดทุกกิริยาอาการ
ข้อศีล ข้อวัตร ข้อธุดงค์ ข้อปฏิบัติ
ส่วนภายใน คือ วิชชา ปัญญา ธรรมะ
จึงจะละเอียดตามได้

ภายนอกข้อหยาบก็ คือ ปัจจัย ๔
ผ้านุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่หยูกยา
นี่ก็ต้องละเอียดถี่ถ้วน

- *ศีล*
- *สมาธิ*
- *ปัญญา*

จึงต้องละเอียดตามเป็นลำดับ.
จึงได้ความรู้เพียงพอ.

คำว่า "ละเอียด"

คำว่าละเอียดถี่ถ้วนคือ ให้รู้ว่า

คุณคืออย่างใด ?

โทษคืออย่างใด ?

อันใดเป็นความเศร้าหมอง

อันใดเป็นความบริสุทธิ์

มรรคปฏิปทาของจิตเป็นอย่างใด

ดีขึ้นหรือเสื่อมถอย ?

ให้รู้จักสังเกตตนของตน

อย่าเป็นอยู่ใช้สอยใช้ชีวิตให้เป็นไป

รอท่าเจ็บไข้แก่ตายเท่านั้น

คิดอ่านพิจารณาตรวจตรองตนเองให้ดี

แม้เล็กน้อยก็อย่าประมาท

ของเล็กน้อยนั่นแหละมักให้โทษ และ

ของเล็กน้อยนั่นเองก่อคุณอันยิ่งใหญ่

ให้แก่ตนของตนได้.

เหมือนกัน- ต่างกัน

จิตที่ฝึกหัดดีแล้ว
ย่อมเข้มแข็งมีอำนาจ
อะไรเป็นเครื่องฝึกหัด
สมถะ
วิปัสสนา

คำว่า "*ฝึกหัด*" คือ
ให้จิตอยู่ด้วยอุบายธรรม
อิทธิฤทธิ์วิชชาใด ๆ เกิด
นิมิตปีติสุขใด ๆ ก็ตามเหล่านี้
มิใช่เครื่องฝึกฝนจิต
มิใช่อุบายในการฝึกหัดดัดจิตใจ
แต่..เป็นทางที่ต้องผ่าน และ
มิใช่ผ่านกันทุกคน เพราะ
แต่ละคนสั่งสมมาต่างกัน
แต่ถือเฉพาะการฝึกหัดนี้ที่เหมือนกัน.

อย่าทิ้งฐานของธรรม

การปฏิบัติจิตภาวนานั้น
อย่าทิ้งกายกับจิต ให้รู้อยู่เสมอ
อันนี้กาย กายอาการอย่างนี้
อันนี้ใจ ใจอาการอย่างนี้
ส่วน *อุคฺคหนิมิต*
ปฏิภาคนิมิต

เป็นของเฉพาะแต่ผู้มีนิสัยวาสนามา
ในทางการพิจารณาเท่านั้น
แต่กว่าจะรู้ได้ในบาทฐานของจิต
รู้ได้ในบาทฐานของกาย
ก็แสนยากแสนลำบาก.



ให้น้อยเข้าไว้ก่อน

การหลับนอนแค่ให้
ร่างกายได้พักผ่อน
นอนแค่ให้ร่างกายได้
พักผ่อนก็พอ
นอนเพราะร่างกายต้องการกับ
นอนเพราะใจอยากนอน
อะไรเป็นคุณอะไรเป็นโทษ
เรานักบวชต้องนอนให้พอดี
อย่าเมาหลับเมานอน
นอนให้น้อยเอาไว้
แล้วจะนอนพอดีเอง
กินให้น้อยเอาไว้
แล้วจะกินพอดีเอง
อย่าเมากิน เมานอน.

รู้ภายใน

สติกับปัญญา ไม่ทันกันแล้วทำให้แก้ไข

จิตภายในของตนได้ลำบาก

เมื่อสติกับปัญญา ระลึกรู้ทันกันได้แล้ว

จะพิจารณากาย

จะพิจารณาในใจ

ก็เป็นธรรมส่อแสดง

เป็นความรู้ภายในของตนได้

เห็นได้ในภายใน

รู้ได้ในภายใน

นี่ล่ะครูบาอาจารย์เพิ่น(ท่าน)

ก็สอนมาอย่างนี้ตลอดมา

ให้... เรียนในกาย - เรียนในจิต

ทำให้มาก ให้เห็นจริง ให้รู้จริง

แต่.. จะรู้ได้หรือไม่ ก็ให้พากเพียร

ตั้งใจ - อดทน.

สมบัติของใจ

ในโลกนี้ใครเล่าจะอบรมตนได้
ตนเท่านั้นที่จะอบรมตนได้ดีเท่ากับตน
ดีหรือชั่ว โง่หรือฉลาด
ก็ล้วนแต่เป็นตนของตน
ทุกอย่างขึ้นอยู่กับตน

ตนเป็นผู้ฝึกจิต
จึงทำตนให้เป็นสมบัติของตน
ตนของตนนี้เอง
ที่เป็นสมบัติของตน
การเจริญภาวนาก็เพื่อรักษาตน
รักษาสมบัติของตน
สมบัติของตน คืออะไร
ก็ใจที่มีธรรมนั้นเอง.

ศีลประเภท

ศีลขององค์พุทธะ มีทั้ง

อย่างหยาบ

อย่างกลาง

อย่างละเอียด

นั่นคือ...

พร้อมด้วยจิต-พร้อมด้วยเจตสิก

พร้อมด้วยเจตนา-พร้อมด้วยกรรมบถ

ที่แจ้งไม่ผิด

ที่ลับไม่ด่างพร้อย

สว่างทั้งภายนอก

สว่างทั้งภายใน

อาการอย่างนี้แหละ...

จิตจึงจะปกติ

จิตจึงจะบริสุทธิ์.

ภายในจิต

ได้บวชมาแล้วชื่อเราว่า

"พระธุดงค์กรรมฐาน"

ทำอย่างใดจึงจะเอาตัวให้พ้นจากกิเลส

บาปกรรม ตลอดจนความชั่วใด ๆ

การทำความสงบใจ-ใจได้พักผ่อน

องค์ฌาน คือ...

องค์ของความสงบเป็นที่พัก เรียกว่า

จิตพักในฌาน เอาฌานเป็นอารมณ์

พักจนพอของมัน มันก็ถอยออกมา

ถอยมาด้วยกำลังพละอันละเอียด

พักจิตแล้วเดินจิต

เดินด้วยอุบายของวิปัสสนา

"วิปัสสนา" เกิดได้ จิตต้องบริสุทธิ์

โดยแท้ ต่อไปก็ดับจิตคือดับความชั่วใดๆ

ในจิตภายในจิต.

รู้เฉพาะในปัจจุบัน

ทุกวันต้องทำจิตให้เสมอ
อย่าหลงอารมณ์
อารมณ์ดีมี อารมณ์ร้ายมี
ทำอย่างใด

จึงจะรู้เฉพาะปกติของจิต
จึงว่า...จิตที่เป็นฐานของธรรม
ต้องรู้เฉพาะในปัจจุบัน
ผู้รู้ทันกายวาจาจิตของตนแล้ว
จึงไม่อยากสึกหาลาเพศ

เพราะ *รู้โทษ เห็นโทษ*
รู้ทุกข์ เห็นทุกข์
ตั้งใจแต่การปฏิบัติตนตลอดไป
นี่เป็นอย่างนี้.

อย่าหลงอย่าเมาจนเกินไป

ผู้มีราคะ ก็เสียใจเพราะราคะ
ผู้มีโทสะ ก็ทุกข์ใจเพราะโทสะ
ผู้มีโลภ ก็มัวเมาใจเพราะโลภ
ผู้มีชั่ว ก็โศกเศร้าเพราะชั่ว

ผู้มีกายก็เมากาย
หลงตัว ลืม **ตาย**
หลงกาย ลืม **แก่**
หลงกาม ลืม **พ่อแม่**
หลงแท้แท้ คือ **หลงตัวเอง**

หลงจนไม่รู้ ราคะอย่างใดไม่รู้
โทสะอย่างใดไม่รู้
โลภะอย่างใดไม่รู้
ชั่วอย่างใดไม่รู้

อย่าหลงอย่าเมาจนเกินไป.

ปรามเพื่อยั้งสติ

ถามเอา! ถามเอา! ถามได้ทุกวัน ตุ๊ต๋นนี้!
คิดพิจารณาคิดอ่านเองบ้างสิ
อนิจฺจํ ทุกฺขํ อนตฺตา ๓ อย่างนี้
จะไม่ตรงกับ *ทุกฺขํ อริยสจฺจํ*
สมุทัย นิโรธ และ*มรรค*ได้อย่างไร

ไตรลักษณ์ ก็จากขันธ์ ๕
อริยสจฺจํ ก็จากขันธ์ ๕

วันใดก็มาถามไม่พิจารณาดู
จะรู้จะเข้าใจได้อย่างใด
ก็ปัญญาของตัวเองไม่พอ
รอให้ปัญญาของตัวเองพอเสียก่อน
การทำความเข้าใจมันจึงจะง่าย.

ยากที่สุด

ผู้รู้จักตนย่อมได้พึ่งแก่ตน

ศรัทธา หิริ โอตฺตปฺป

ศึกษาทรงจำ

วิริยะ

สติ

ปัญญา

เหล่านี้เป็นธรรมของตน

ที่จะทำกายวาจาใจให้เรียบร้อยดีงาม

จนเป็นที่พึ่งแก่ตนได้

อตฺตาหิ อตฺตโน นาโถ

เป็นของยากที่สุด

แต่ได้แล้วถึงแล้วก็ประเสริฐที่สุด

โต๋(เธอ)เป็นตุ๊(พระ)หนุ่ม อย่าอยู่

ทิ้งวันทิ้งคืนเสียโดยเปล่า

ตั้งใจให้ดีเถ๊อะ.

เทวทูต ๔

ชรา -พยาธิ -มรณะ -ชาติ

สิ่งเหล่านี้มีอยู่ในโลกและเป็น

มรรคทางออกจากโลก

พระโพธิสัตว์ออกบวชเพราะเทวทูต

แต่ตอนนั้นเป็นเทวทูตภายนอก

ตัวเราก็มีกันทุกคนเสมอกัน

รอท่าวันตาย พิจารณาเกิดแก่เจ็บตาย

เมื่อเห็นภายนอกแล้วน้อมเข้าหาภายใน

อย่างนิสัยอุปนิสัยของพระโพธิสัตว์เจ้า

เราจะเห็นได้ไหม จะรู้ได้ไหมว่ามัน

มีอาการอย่างใดแสดงกิริยาอย่างใด

ชาติ ใครเกิด

พยาธิ ใครเจ็บ

มรณะ ใครตาย

ชรา ใครแก่เฒ่า.

แลกเปลี่ยน

ศีล สมาธิ ปัญญา

พุทโธ ธัมโม สังโฆ

ต้องสร้างบารมี ๑๐ อย่างแลกเปลี่ยนเอา

ตนของตนจึงจะได้มา

นรกตกแล้วกลับมา

สวรรค์ขึ้นไปแล้วกลับมา

พรหมโลกไปแล้วกลับมา

คำว่า ***"กลับมา"*** คือมาเป็นมนุษย์

มนุษย์เป็นผู้สร้างสั่งสม

กว่าจะได้นิพพาน

นิพพานเป็นของมีราคาที่สุด

วัตถุทั้งหมดในโลก

โลกโลกีย์นี้ทั้งหมด

ต้องทำให้เป็นบารมีเพื่อแลกกับ

พระนิพพาน.

อย่าเป็นกังวล

นักบวช นักปฏิบัติ
ต้องถือตามมีตามได้
หันเข้าหาความพอดี
อย่าให้เป็นกังวลเป็นภาระทุกข์
ปัจจัยเครื่องเลี้ยงชีวิตนั้น
ได้อย่างใดก็ใช้อย่างนั้น
ปฏิบัติได้แล้วเป็นแล้ว
หรือว่ายังไม่เป็นยังไม่ได้
ก็อย่าดีใจ อย่าเสียใจ เด็ดเดี่ยว
เพราะเราบวชตัวคนเดียว
หากวุ่นวายไปนอกก็เป็นแต่ทุกข์
ต้องย้อนพิจารณาในตนของตน
ธรรมะเป็นของลึกลับ ก็เฉพาะตัวเรา
แต่ก็พูดได้ในผู้ปฏิบัติได้
เพราะปฏิบัติเหมือนกัน.

ไม่แตกต่างกันเลย

หนทางที่จะพาให้พ้นทุกข์นั้น
ไม่แตกต่างกันเลย
เฉพาะผู้ที่พ้นทุกข์ไปแล้ว

แต่...

ในหมู่พวกเราปุถุชนย่อมแตกต่าง
อันเดียวกันนี้แหละ แต่มันต่างกัน

เพราะ...

ดำเนินปฏิปทาไปไม่เหมือนกัน
ส่วนภูมิที่จิตผ่านไปแล้วนั้น

โสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี อรหันต์
อันนี้ภูมิต่างกัน

สาวกภูมิ ปัจเจกภูมิ พุทธภูมิ
อันนี้ภูมิต่างกัน

แต่...

มรรค และ *วิมุตติ* ไม่แตกต่างกันเลย
ใน **อริยชน** ผู้หลุดพ้นไป.

ต้นทาง

ใจมันถือธาตุขันธ์ก็วนเวียนเกิดตาย

ใจมันถือทุกข์ก็เป็นทุกข์

ใจถืออะไรก็เป็นอย่างนั้น

ใจถือสมถะ

ใจถือวิปัสสนาก็ได้มรรค

แต่ยังไม่ได้ผล

"ผล" จะสมบูรณ์ได้

เมื่อสมถะพอเต็มที่

วิปัสสนาพอเต็มที่

เมื่อเต็มที่แล้ว

ก็สมบูรณ์บริบูรณ์

รูปก็ธรรม นามก็ธรรม เป็นธรรม

ปฏิบัติตรงต่อนิพพาน

ต้องถือต้นทางให้ถูกต้อง

รู้การยึดการถือในใจนี้ก่อน.

เครื่องติดธุลี

สัญญาเป็นยางเป็นตัง
เป็นเครื่องผลักไสจิต
ให้ติดอยู่กับรักกับชัง
ให้หมายในดีบ้าง ในชั่วบ้าง

หากติดสัญญาก็ลืมจิต
หากเชื่อสัญญาก็วนไปวนมาเกิดตาย
แก้สัญญาก็ต้องแก้ด้วย อนิจฺจํ

จำก็เรื่องของจำ
รู้หมายก็เรื่องของรู้หมาย
อย่าต่อทอดให้ถึงสังขาร
สัญญานี้เองไม่ใช่หรือ
ที่เป็นเครื่องเศร้าหมองของจิต

จิตหลงสัญญา คือ จิตหลงจิต
หลงรู้หลงจำ
หลงรักหลงชัง.

จำกัดความอยาก

น้อยหนุ่มบวชเข้ามาใหม่
ค่อยทำ ค่อยไป ค่อย ๆ ศึกษาไป
อย่าใจร้อน อยากรู้อยากได้
ติเตือนตนเองอยู่เสมอว่า

"จะตั้งใจไว้ในกุศลธรรม
พึ่งตนเองก่อน
ช่วยตนเองก่อน
ฝึกตนเองก่อน"

ความอยากน้อยใหญ่ใด ๆ ให้เหลือน้อย
ที่สุดเท่าที่จะน้อยได้

เพราะความบริสุทธิ์จากกิเลสใด ๆ นั้น
ดับทุกข์ได้จริงจงตั้งใจ.

ความทุกข์ใจ

บวชเข้ามาแต่อายุ ๒๙ ปี
ทุกข์ยากลำบากใจที่สุด
นั่นคือ *อยากได้ธรรมะ*
อยากพ้นทุกข์

ทีนี้ก็เป็นตายกับตัวเจ้าของ
หลายปีหลายพรรษาที่ศึกษา
กับครูบาอาจารย์เพิ่น
แล้วขบคิดพิจารณากับตัวเอง

โอ!...กูนี่พลาดท่าเสียแล้ว
มันอยากมากไป อยากได้เกินไป
จึงผ่อนใจลงมาให้เป็นกลาง
ให้อยากนี้เป็นแต่คุณ ไม่ให้อยากนี้เป็นโทษ
ก่อทุกข์แก่เจ้าของ
จึงพอได้ความบ้างทีนี้.

เหล่านี้เป็นอุบาย

น้อยหนุ่มบวชใหม่มีกำลังวังชา

อย่าถอยความเพียร

อย่าขี้คร้าน

อย่าให้มันเคยตัว

เดี๋ยวมันจะได้ใจ

ราคะกำหนัดมันแรงก็ตั้งจิตตั้งธาตุ

ให้รู้เห็นเป็นไปด้วยกันก็แก้ไขได้

ขี้คร้านเมาหลับเมานอนก็มีกันอยู่

ทุก ๆ คน แต่ดัดมันได้

รักษามันได้

การแก้ใจนี้ มันต้องใช้ปัจจุบันขณะ

อย่าหย่อนโอกาสทิ้งไป

- อสุภะ - ปฏิกูล

- กสิณ - เนสัชชิก

ต้องทำเพราะเหล่านี้เป็นอุบาย.

การแก้อาบัติ

การปลงอาบัติอย่าปลงแต่วาจา

คำพูด

ต้องปลงที่ใจ

เรียกว่า *แก้โทษ*

แก้บาป

ต้องแก้ที่ใจ แก้ในปัจจุบันจิต

กายวาจามันเป็นอาบัติ แต่

จิตมันเป็นวิบัติ

นี่จึงว่าต้องแก้ที่ใจ

แก้บาปแก้โทษต้องแก้ที่ใจ

ฉะนั้น...

อาบัติเล็กน้อยก็อย่าทำให้มันเคยตัว

ไฟแม้เล็กน้อยก็ลุกลามใหญ่โต

ไหม้บ้านไหม้เมืองไปได้

อย่าให้ผิดง่าย ๆ

เดี๋ยวมันจะไม่กลัวบาป.

แผ่นดินผี

แผ่นดินโลกอันนี้ เป็นขี้ฝุ่นผีทั้งหมด
จะไปกลัวอะไรกับผีสางมลางป่า
ตัวเรานี้ก็ *"ผีดิบ"* กินอะไรเข้าไป
ย่อยยับหมด สัตว์กี่เท้า... ไม่มีเท้า ก็กิน
เรียบทั้งตัวทั้งไข่ พิจารณาให้มันรู้จริง
จิตมันไม่ลงในฐานของความจริง
มันต้องโกหกหลอกลวงตนเอง
อยู่เป็นนิจ

กลัวย้านกระสับกระส่ายฟุ้งซ่าน
อยู่ป่าคนเดียวก็ปรุงไปต่าง ๆ
อย่างนั้นอย่างนี้
ไม่ใช่เด็กน้อยหน่ำ เด็กน้อยนั้น
ผู้ใหญ่จะได้หลอกมุสาให้กลัวผี
ตัวผีดิบกลับไม่กลัว ไม่ย้าน
คิดดูให้ดี ยืนอยู่ นั่งอยู่
นอนอยู่ ไปมาอยู่นี้
ก็เป็นแผ่นดินผี ทั้งนั้น!!!

ชำแรกทุกข์

ต้องให้มันทุกข์เสียจนพอที่มันเสียก่อน

ทุกข์มันเกิดแต่ชรา พยาธิ มรณะ

ก็ต้องให้มัน เกิด แก่ เจ็บตาย

ให้มันอิ่มเสียก่อน

แล้วเกิดที่ใดจึงดับที่นั้น

ทุกข์มาจากที่ใดก็ดับทุกข์ในที่นั้น

เหมือนกับผ่าฟืน ตีลิ่มเล็กลงไปก่อน

แล้วเอาลิ่มใหญ่ตอกลงไป

ลิ่มเก่าถอน เอาลิ่มใหม่ตอกลงไป

กิเลสหยาบออกไป

ถือเอาความสะอาดเข้าแทนที่

ของดีมันอยู่ในของบูดเน่า

อยากพ้นทุกข์ก็ให้มันทุกข์ให้พอ

อวิชชา ออก วิชชา แทนที่

อวิชชามันไม่มีที่อยู่.

มันก็อยู่ไม่ได้เท่านั้นเอง

การขัดเกลาตนของตน

มิใช่การทรมานหรือการข่มเหงธาตุขันธ์.

ต่อสู้กับของเก่า

ไม่มีต้น ไม่มีปลาย
ไม่มีฝั่ง ไม่มีแดน
มันโลกีย์ของสัตว์โลกอันนี้
ตื่นเต้นยินดีอยู่กับแต่ของเก่า

มีแต่มรรคเท่านั้นเป็นเครื่องถอน
สติปัญญาเป็นลิ่มเป็นสลัก
อิทธิบาทธรรมเป็นแรงกระหน่ำตี
ต้องอย่านิ่งกับตบะแผดเผาบาป

ผู้ข้าฯ อยู่เมืองฝางเชียงใหม่
ต่อสู้จนขี้เฮี้ย เยี่ยวแตก
ไม่รู้มันอย่างใดของมัน
จากนั้นมาก็พอสุขสบายได้บ้าง
จิตนี้ต่อสู้ขนาดหนักแท้ ๆ จึงจะได้
ได้แล้วก็เป็นอัศจรรย์ในตัวเอง.

แดนเกิดของมรรค

มัคโค เดินนำหน้า

มัคคา เดินนำ(ตาม)ทาง

เดินบ่ไปตามทางก็เข้าดงช้างดงเสือ

ช้างเหยียบตาย เสือกัดตาย

กิเลสทับตาย...

"เอโก มคฺโค"

มรรคอันเอกตั้งสมาธิไว้ก่อน

ความเห็นถูกต้อง ดำริถูกต้องนำหน้า

ศีลเป็นผู้พาเดินถูกทาง

ข้อวัตรเป็นเส้นกำกับทาง

กิจวัตรเป็นเครื่องแบ่งทาง

วิสุทฺธิยา บริสุทธิ์หรือไม่นั้น

ก็อยู่ที่จิตของเรานี้ ว่าจะเอาอย่างใด

เพราะจิตเป็นแดนเกิด.

ธรรมของจริง

ความเกิด

ความแก่

ความเจ็บ

ความตาย

เป็นธรรมของจริง

เป็นธรรมดาอยู่อย่างนี้

ไม่มีอาการไป ไม่มีอาการมา

ตั้งฟ้า ตั้งแผ่นดิน ตั้งสัตว์โลกมา

ก็เป็นอยู่อย่างนี้

เพราะใครมาเกิดก็มาถือเอา

เกิด แก่ เจ็บ ตาย

อันนี้กันทุกคน ทุกตัวสัตว์

แต่ถ้าใครมารู้ว่าธรรมของจริงเหล่านี้

มีอยู่ในปัจจุบันทุกขณะ

ก็พอจะรู้ได้ เข้าใจได้.

กำหนดรู้ให้กล้าแข็ง

อย่าปล่อยจิต

อย่ากดจิต

ดูจิตของตน - *จิตดื้อ*

จิตหยาบ

จิตเพ่งหาของนอก

ดูดีดูชั่วในปัจจุบันขณะนี้

จึงจะเข้าใจว่า

"*มรรค*" ทุกอย่างทุกประการ

ให้ผลเป็นผล

เป็นอกาลิกธรรม

คือ แสดงธรรมเทศน์ธรรม

ให้แก่เราอยู่ตลอด

จึงจะเพิก รัก - ชัง ออกไป

จากจิตใจของเราได้.

มีอยู่ด้วยกัน

เจริญอสุภภาวนา เพื่อละราคะ

เจริญเมตตา เพื่อละพยาบาท

เจริญอานาปานสติ เพื่อตัดวิตก

เจริญใจให้รู้จักทุกข์ เพื่อจะไม่หลงโลก

เจริญอนิจจสัญญา เพื่อตัดมานะ

เจริญอนัตตาสัญญา ก็ควรตั้งใจของตน

ให้ดีในอนัตตา

เพราะตัวเรานี้เองเป็นปัจจัยของอวิชชา

เพราะตัวเรากับอวิชชามีอยู่ด้วยกัน.



อยู่อย่างสงบสุข

อย่าอ้างตน อย่าอ้างนั้นอ้างนี่

แต่...ให้อ้างธรรมของพระพุทธเจ้า

อย่าโทษผู้อื่นยิ่งกว่าตน
เพราะตัวเรานี้เองที่
เป็นเจ้าของ ของตัณหา
อยากได้สุขต้องทำจิตให้ดี
ผู้อยู่อย่างสงบสุขนั้นแหละ
เป็นผู้ปฏิบัติธรรมพร้อมอยู่

บำรุงจิตพร้อมอยู่ เรียกว่า
ไม่ละธรรม
ไม่ละกิจของตน
ไม่ละการภาวนา.

โทษทุกข์

ในชีวิตของเรามีอยู่ ๒ อย่าง

อย่างหนึ่งพอใจ อย่างหนึ่งไม่พอใจ

อย่างหนึ่งโทษร้อน อย่างหนึ่งโทษเย็น

อาการเหล่านี้เป็นเครื่องถ่วงจิตใจ

เพราะพาให้เกิดซึ่ง...

ตัณหา อวิชชา อุปาทาน

ด้วยเหตุนี้จึงให้มีสติอยู่ให้รู้ทัน

ใช้เหตุผลให้ถูกต้อง

ดูตัวเหตุปัจจัยให้ดี

ตนของตนจึงจะพ้นโทษทุกข์ได้

คิดอ่านให้ดี พิจารณาให้ดี.



ผู้รักษาตนได้

"สติธรรม" นั้น

เป็นเครื่องรักษาตน

ไม่ฝึกหัดปล่อยใจให้คลุกคลีกับอารมณ์

เพราะจะให้โทษได้

เรามาตั้งใจฝึกหัด

เพราะหวังสุขให้แก่ตนของตน

จึงว่าให้รู้จักอารมณ์

ที่เป็นอันตรายของใจ

รู้ว่าผิดพลาด เศร้าหมอง

ก็ให้ตั้งใจชำระตนของตน

ธรรมใดธรรมหนึ่งให้ใสสะอาด

การฝึกหัดอบรมตนของตนให้มีสติ

ผู้มีสติแล้วนั้นเองเป็นผู้รักษาตนได้.

คำนึงถึงประโยชน์

ไปภาวนาอยู่ป่าอยู่เขา
ต้องสำรวมตนให้มาก
เพราะตนของตนไปอยู่ด้วย
กาย วาจา ใจ
วัตถุใด ๆ ไปอยู่ที่ไหนนั้น
มันละความประพฤติ
ได้เสียที่ไหนเล่า
ก็ตนเป็น นักบวช
เป็น พระธุดงค์
อยู่อย่างต่ำ ทำอย่างสูง
นำประโยชน์มาสู่ตนของตน.



อยู่ที่ตัวเรา

อุปสรรคของการทำความดี...
หรือเหตุปัจจัยที่ส่งเสริมให้ทำความดี
อยู่ที่ตัวเรานี้เอง
มิได้อยู่ที่ผู้ใดใครอื่นใด ๆ

"ดีของเรา - ไม่ดีของเรา"
ไม่มีใครทำอันตรายให้เราได้หรอก
มีแต่ตัวของเรา
ผู้เดียวนี้เอง
บริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ก็ให้รู้
รู้เฉพาะตน
ตัวเราผู้เดียวนี้เอง
ที่จะรู้ได้ดีกว่าใคร ๆ ผู้ใด.

รากเหง้าเค้ามูล

ความสุข
ความพอใจยินดี
ย่อมมัดใจของตนไว้

ตัณหา ก็เจริญขึ้น
อุปาทาน ก็เจริญขึ้น
อวิชชา ก็เจริญขึ้น

เพราะมันเจริญมาแต่รากเหง้า
เป็นต้นเป็นเค้าของทุกข์
เมื่อไม่รู้ทุกข์ก็ทำลายทุกข์ไม่ได้

ไม่รู้ทุกข์ เพราะ *ไม่รู้โทษ*
ไม่รู้โทษ เพราะ *ไม่รู้ตนของตน*

มีแต่มัวเมาไม่คิดไม่อ่าน
ไม่พิจารณาอันใด.

การวัดผล

เมื่อได้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องแล้ว ก็ให้ปฏิบัติตามความรู้นั้น

ปฏิบัติถูกก็ได้ผลดี

ปฏิบัติไม่ถูกก็แก้จิตตนเองมิได้

ไม่มีความรู้เดินได้ช้า

มีความรู้มากปฏิบัติไม่ลงก็ช้า

มีความรู้น้อยปฏิบัติถูกก็ได้ผลดี

มีความรู้ความเข้าใจ

การปฏิบัติ

การตรวจตราดูผล

การตรวจตราดูความพอดีของตน

ให้ตั้งใจแก้ไขคิดอ่านให้ดี

อย่าเมาความรู้ อย่าเมาว่าได้ปฏิบัติ.

ภัยอันตราย

รู้อยู่ว่าเกิดตายในภพทั้ง ๓ อยู่นี้

เป็นภัย เป็นอันตราย

เป็นวังวนของทุกข์

ตัณหา ๓ เป็นเชื้อเป็นชาติ

สิกขา ๓ เป็นเครื่องดับภพชาติ

ขวนขวายตั้งใจไว้เต็มที่ของตน

นับแต่วันบวชจนวันนี้

ก็ยากแสนยากทุกข์แสนทุกข์ ท่านว่า

"คนดีทุกข์ก็อย่างคนดี...

คนชั่วทุกข์ก็อย่างคนชั่ว"

เด็กอย่างเด็ก ผู้ใหญ่อย่างผู้ใหญ่

ทุกข์ก็เสมอกันเพราะใจไม่บริสุทธิ์

ทำอย่างใดมันจึงจะบริสุทธิ์

เอาล่ะทีนี้...

มันเป็นกิจของใครของมัน.

หลงอารมณ์เป็นบ้า

ไปหลงอะไรกับมันอารมณ์พาเป็นบ้า

ชื่อว่าโลกแล้ว.....

ให้โทษแก่เราผู้เป็น**นักบวช**

ต้อง***ไม่หลง – ไม่คลุกคลี – หลีกเลี่ยง***

อันน่าพอใจ อันไม่น่าพอใจ

หรือเฉยๆอยู่

นี่ไม่ใช่อารมณ์

ต้องสงบใจให้ได้

สงบด้วยสติ

สงบด้วยปัญญา

เอาสติกำกับใจ

ให้รู้ทันอารมณ์

จนรู้คุณโทษ รู้เบื่อรู้หน่าย

รู้คลายมัวเมาจากอารมณ์โลกบ้าบอ

นั้นได้.

การใช้จิต

ให้รู้จักใช้จิตของตน
ไปในทางอันดี

ให้จิตเป็น บุญ
ให้จิตเป็น สุขเบิกบาน
ให้จิตตั้งอยู่ได้ ตั้งมั่นอยู่ได้
ให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้วอยู่
จิตเป็นปัญญาจึงจะสว่างได้

เอาสติมาอยู่กับจิต
แล้วพิจารณาปล่อยวาง
ชำระล้าง ละชั่ว
ขยันหมั่นทำดี
ละความดี หนีความชั่ว
ชำระใจให้สะอาด

มรรค เป็นเครื่องชำระความดี
ปัญญา ละตัณหา อุปาทาน
นิโรธ ดับใด ๆ ได้เป็นธรรม.

โอปนยิโก

ทำตนให้มีธรรม

พึ่งตนพึ่งธรรม

น้อมธรรมะขององค์พุทธะ

มาไว้ในตนของตน

สั่งสอนตน

อบรมตน

อย่าหวังอย่างโลก

ให้หวังอย่างธรรม.

การรู้จักตน

การรู้จักจิตของตน
มิใช่จะรู้ด้วยการคิดอ่านไตร่ตรอง
แต่รู้ขึ้นเองเฉพาะในจิตของตน

เรียกว่า *รู้แจ้งในจิตภายในจิต*
รู้แจ้งในขณะจิตเป็นเอง

แต่ในเบื้องต้นนั้น
ก็ต้องศึกษาเล่าเรียนจากผู้ผ่านมาก่อน
เป็นครูเป็นอาจารย์ผู้ผ่านมาก่อน
แล้วจากนั้นก็มาใคร่ครวญในเหตุผล
นำสู่การปฏิบัติต่อไป.

คำให้นิสัย

สั่งสอนตนอบรมตน
มีสติสัมปชัญญะ
ไม่พึงเสพธรรมเลว

อย่าทำตนให้เป็นคนรกรุงรัง
รักษาความคิดความเห็น
อย่าให้ตกมิจฉา
ไม่ทำตนให้ไร้ประโยชน์
ไม่เกาะเกี่ยวกาม
ดีชั่วของใครไม่ใช่เรื่องหนักใจของเรา
"ไม่เพ่งโทษใคร...
แต่คาดโทษของตนให้มาก"
ใคร ๆ ก็ตามสุดแท้แต่บุญวาสนา
สุดแท้แต่นิสัยปัจจัย
ตลอดจนการสะสมประพฤติปฏิบัติ
ตัวเราให้ตั้งใจเท่านั้น.

การเป็นคนหลง

ใครเป็นคนหลง ?

- *หลงกาย*
- *หลงรูป*
- *หลงโลก*
- *หลงทาง*
- *หลงสัญญา*
- *หลงเวทนา*
- *หลงสังขาร*
- *หลงรู้*
- *หลงภูมิ*
- *หลงนาม*

รวมลงก็***หลงขันธ์*** ครูบาอาจารย์ท่านว่า

"ขันธ์บังธรรม...

ธรรมอยู่ในขันธ์ แต่ขันธ์บังไว้"

มีความหลงเป็นเครื่องปิดบังอำพรางมีจิตเป็นผู้หลง.

ทางเสื่อมทางเจริญ

ปัจจัย ๔ เครื่องเลี้ยงชีวิต

สถานที่อยู่บำเพ็ญ

ผู้คน ระเบียบ ประเพณี

การศึกษาอบรมตน

พาให้เราเสื่อมหรือพาให้เราเจริญได้

ฉะนั้น ให้เกี่ยวข้องให้แต่พอดี

อย่าเมาลาภสักการะปัจจัย ๔

อย่าเมาผู้คน

อย่าเมาการอยู่การกิน

อย่าเมาความสบาย

ทำอย่างใดจะให้สุขสงบ

ทำอย่างใดจะอิสระ

เนกขัมมะของเราในชีวิตนี้

จะเสาะหาทางเสื่อม

หรือหาทางเจริญ.

พิจารณาปัจจัย ๔

ในเรื่องปัจจัย ๔ ของนักบวช

ให้รับแต่น้อย

รับแต่พอประมาณ

รับอันที่สมควรแก่ตัว

ไม่เห็นแก่ได้ - ไม่เห็นแก่ตัว

คำว่า "*รับ*" คือ *การใช้สอย*

การบริโภค

การอุปโภค

ให้ดูกำลังผู้ให้

ให้ดูประมาณวัตถุ

เพราะวัตถุเครื่องเลี้ยงชีวิตนี้

จะให้สุขหรือจะให้ทุกข์

มันอยู่ที่ความจำเป็นและ

ความอยากได้ของเราต่างหาก.

อย่าอวดตนต่อธรรม

"ไม่อวดความรู้...

ไม่อวดดีไม่อวดธรรม"

ให้ตั้งใจปฏิบัติไปเถอะ

มรรคปฏิปทาของตนจะได้ดำเนินต่อไป

ในภายภาคหน้าอย่างใด

ให้...พอใจในธรรม

พอใจในการปฏิบัติยินดีพอใจสมัครใจ

การปฏิบัติของเราจำเป็นที่จะให้

ใครคนใดคนหนึ่งมารู้มาเห็น

ด้วยอย่างนี้อย่างนั้นหรือ

"ช้างอวดงา...

หมาอวดเขี้ยว"

อย่าอวดตนต่อธรรม.

ควรพิจารณาให้แจ้ง

วิปัสสนา คือ ยกขึ้นสู่องค์ปัญญา
แล้วพิจารณาให้ชัดแจ้ง
แจ้งในอนัตตาธรรมที่ปรากฏอยู่

อนิจฺจํ อย่างใด ?
นิจฺจํ อย่างใด ?
สุขํ อย่างใด ?
ทุกฺขํ อย่างใด ?
อตฺตา อย่างใด ?
อนตฺตา อย่างใด ?
สงฺขารา อนิจฺจา อย่างใด ?
ธมฺมา อนตฺตา อย่างใด ?

คุณมีอยู่ โทษมีอยู่
โทษมีอยู่ คุณมีอยู่
แต่ *ธรรมะ* นั้นเป็นเอก

"เอโก ธมฺโม"

ภูมิจิต ภูมิใจ

ใจรู้ใจ ใจจึงเป็นใหญ่
ใจใหญ่เต็มภูมิของใจ
ก็ละโมหะให้ตนได้
เกิดดับก็ไม่เป็นทุกข์
เพราะรู้ว่าเป็นไปตามปกติ
เอาใจอยู่ที่ใจ ให้ใจรู้ใจอยู่
อาการนอกก็ไม่หลง
อาการในก็ไม่หลง
ขันธ์ต้นละทิ้งดับได้
เหลือแต่ขันธ์ปลายที่เป็นผลอันบริสุทธิ์
คำว่า "*ทิ้ง*" คือไม่ถือเอาโทษ
รูป สัญญา เวทนา สังขาร ก็อยู่
มีอยู่ ใช้อยู่ ปกติอยู่
วิญญาณขันธ์ปลายก็เป็นธาตุรู้
รู้อย่างบริสุทธิ์
ใจจึงเป็นภูมิใหญ่เต็มใจ.

จุดเริ่มต้นของเครื่องเผาบาป

บาปทั้งหลาย
เริ่มจากความคิดอ่านของเรา
คิดไม่ดีพาให้บาป

ผู้รักษาความคิดไว้ได้
ก็รักษาตัวเองไว้ได้
รักษาศีลได้
รักษาจิตได้

เครื่องเผาบาปทั้งหลายนั้น
เราต้องทำเองรักษาเอง
เรียกว่าทำเหตุไว้ก่อน

"เหตุ ปจฺจโย"

เราต้องทำเหตุไว้
เหตุอันเราทำให้พร้อมมูลแล้ว
ย่อมได้ผลคือรักษาตนได้
รักษาความคิดได้ ไม่คิดบาป.

วางสุข วางมายา

ใจมีมายาการ

ใจมีสังขาร - ปุญญาภิสังขาร

อปุญญาภิสังขาร

อเนญชาภิสังขาร

ฌาน ก็เป็นสังขาร

วิปัสสนู ก็เป็นสังขาร

สังขารเหล่านี้...

เกิดมาทีหลังจากเป็นใจแล้ว

จึงว่าใจมีมายาเพราะ...

ธรรมชาติแท้ของใจเป็นปกติผ่องใสอยู่

แต่พอเกิดพอตายแล้ว

ก็เป็นสุข เป็นทุกข์ เป็นบุญ เป็นบาป

หน้าที่เรามันต้องเกิดต้องตาย

จึงต้องชำระจิตของตนให้สะอาด

"จิตถึงสุข จิตก็เป็นสุข"

สุดท้ายวางสุขเสีย จิตก็ถึงธรรม.

ต้องรู้ตัว

การภาวนามิใช่ *"อิริยาบถ"*

แต่เป็นการรู้จักจิตใน *"อิริยาบถ"* นั้น ๆ

พหุตา พหุลีกฺตา

ภาวิตา พหุลีกฺตา

กายมันอยู่กับกิริยา...

การเคลื่อนไหวไปมา...

แต่...ใจมันอยู่กับสติรู้ตัวในทุกขณะ

ความเพียรจึงเป็นเรื่องของใจ

ใจนึกใจคิด

กายทำกิริยา

ปากพูดจา

ต้องรู้ตัวในเรื่องเหล่านี้

"ทำให้มาก ทำให้รอบ...

เพียรให้มาก เพียรให้รอบ."

ทำไมจึงว่ายากที่สุด

เราเกิดตายมาแล้วไม่รู้เท่าไหร่

ต่อไปข้างหน้าอีกเท่าไหร่ไม่รู้

เกิดตาย เกิดตาย ซ้ำซาก

ยืดเยื้อยาวนาน เนิ่นช้านานแสนนาน

บาปกรรมทุกข์โทษมีอยู่เท่าใด

ชักหน้าคว้าหลังมัวเมาประมาทเล่น

"กรรมก็หาบ บาปก็หาม...

ทุกข์ก็หอบหิ้ว เวรก็คอน"

นุงนังไปหมดมันจึงยาก

ยากแก่การสะสาง

ยากแก่การชำระ

ยิ่งหากไม่สนใจด้วยแล้ว

ก็ตายเน่าตายเหม็นอยู่นี่แหละ.

อดทน

พระพุทธเจ้าสอนให้ใช้ขันติอดทน

เราก็ควรอดทน

อดทนทั้งในสิ่งที่ไม่พอใจ

เราก็ควรอดทน

อดทนทั้งในสิ่งที่พอใจ

เหตุเพราะใจมันชอบใจมันพอใจ

ความชอบพอใจนี้เองที่มันคอย...

ที่จะรบกวนก่อกวนจิต

ให้เป็นทุกข์เป็นบาปอยู่ตลอด

จึงให้ตั้งใจ

ทำใจให้มันทนรับได้

ร้ายก็อด

ดีก็อด.

ระวังให้ดี

เป็นพระหนุ่มแน่น

ให้ระวังความงาม

เป็นพระเฒ่าชรา

ให้ระวังความโลภอยากได้

เป็นพระวัยกลาง

ให้ระวังชื่อเสียงการก่อสร้าง

๑. *สวยงามของสาว*

๒. *เงิน*

๓. *ชื่อเสียงก่อสร้าง*

๔. *อุตริ*

๕. *การเล่นเพลิดเพลินใด ๆ*

นักบวชทุกเพศ ทุกวัยต้องระวัง

ระวังใจ รักษาตัวเอง

***นรก** ไม่เต็มหน้ำ **สวรรค์** ไม่เต็มหน้ำ*

***พรหม** ไม่เต็มหน้ำ*

***นิพพาน** ไม่เต็มหน้ำ.*

อย่าส่งใจออก

ความใคร่ความพอใจน่าปรารถนา
ของ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส

ความอ้อยอิ่งนึกคิด
แม้ว่าจะบางเบาไปได้แล้วก็ตาม
หากยังมากวนมาวนอยู่
ก็เป็นอกุศลตลอดไป
เป็นบาปอยู่ตลอดไป
เพราะใจยังไม่พ้น เพราะยังส่งใจออก
ผลส่งออกไปก็เป็นอารมณ์ของกาม

หากจะแก้ไข ก็ให้แก้ไขที่ตัวใจเจ้าของ
ให้รู้โทษของตัว...

ให้รู้ว่าสังขารเป็น *อนิจฺจํ*
ส่วนกามเป็น *ทุกฺขํ*

ทุกวันให้ล้วนเป็นทุกข์อยู่แต่กับ ตา
หู ปาก ลิ้น กาย ใจ อย่างนี้หรือ.

มูลเหตุของขันธ์

"อย่ามัวเมาแต่ศึกษาตำรับตำรา

ที่ว่าเป็นธรรมะ หลายเน๊อ"

ระวังจะหลงต้นหลงท้าย

นี่

ให้ศึกษาแยกส่วนของรูปอย่างใด

ส่วนของนามอย่างใด

ขันธ์ต้น ...

เป็นรูปของ เวทนา สัญญา สังขาร.

ขันธ์ปลาย ...

เป็นตัวรู้ของผู้รู้ ...

"ดับขันธ์ยังไม่ได้...

ผู้รู้ก็ยังไม่บริสุทธิ์"

ท่านว่า...

ให้พิจารณากายแยกส่วนออก

พิจารณาแจ้งบ้าง ไม่แจ้งบ้าง

ก็ให้พิจารณาไปตามปัญญาของตน.

ตัวเราเป็นเจ้าของธาตุ

ธาตุเกิด ธาตุตาย

เกิดตายใน ๓ ภพ

ใน ๓ ภพนี้มีธาตุขันธ์พร้อม

๓ แดนโลกธาตุก็ตัวเรานี้เอง

ไม่ใช่โลกอื่นภายนอก

เพราะปฏิบัติแก้ไขตัวเองอยู่นี้

ผลก็ต้องปรากฏอยู่นี่

กรรม ก็รูปนามเป็นผู้รับ

วิบาก ก็รูปนามเป็นผู้รับ

ผล ก็เหมือนกันเป็นของรูป

เป็นของนาม

จะต่อโลก

จะต่อสงสาร

หรือจะดับโลกธาตุ

ก็อยู่ที่นี่ทั้งนั้น.

หมดไปพ้นไป

ราคะสิ้นไปหมด
โทสะสิ้นไปหมด
โมหะสิ้นไปหมด
ดับตัณหาได้หมด
ดับอวิชชาได้หมด
ดับอุปาทานได้หมด

จึงได้นิพพาน
เรียกว่า “*นิพพาน*”
ความว่า “*นิพพาน*” นี้เพราะ
พ้นไปจากรูป พ้นไปจากอรูป
พ้นไปจากสุขทุกข์ใด ๆ
เป็นองค์พระธรรมที่บริสุทธิ์.

สัมมาทิฏฐิ

ชาติ ในปัจจุบันรู้ได้ไหม ?

ชรา ในปัจจุบันรู้ได้ไหม ?

พยาธิ ในปัจจุบันรู้ได้ไหม ?

มรณะ ในปัจจุบันรู้ได้ไหม ?

เกิดแก่เจ็บตายในขณะนี้รู้ได้ไหม

เห็นได้หรือยัง รู้ได้หรือยัง

นี่อริยสัจภายใน

ส่วนภายนอกนั้นเห็นกันอยู่แล้ว

เห็นอยู่แต่ก็เข้าใจน้อยมาก

ยากนักที่จะเห็นถึงชั้นใน

แม้เพียงชั้นนอกก็ไม่ชอบที่จะเห็น

ไม่พอใจที่จะเห็นอยู่แล้ว

เห็นได้รู้ได้ก็คือ นิโรธมรรค.

เป็นของธรรมดา

ขันธ์ทั้ง ๕

ก็เราคนเดียวนี้เอง

จับต้องตรงไหนเป็นขันธ์ทั้งก้อน

เกิดอยู่ก็เรา

แก่อยู่ก็เรา

เจ็บอยู่ก็เรา

ตายอยู่ก็เรา

เมื่อเป็นเช่นนี้ท่านเรียกว่า

"เป็นธรรมดา"

เป็นธรรมดาที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน.



คุณของธรรม

ตราบใด...

ที่ความรู้ยังไม่แจ้งชัด

ก็อาศัยท่านที่เป็นครูบาอาจารย์

ไปก่อน

เมื่อใด...

ปัญญาตนแจ่มแจ้งดีแล้ว

ก็เชื่อตนของตนได้ทั้งหมด

มีตนเป็นหลักฐาน

มีตนเป็นพยาน

ตนไม่คัดค้านตน

ธรรมะจึงให้ประโยชน์มหาศาล

ในผู้รู้ธรรม รู้คุณของธรรม.

รู้ทันเกิดดับ

จิตไม่เกิดก็ไม่เกิด

จิตดับก็ดับ

ตายเกิด เกิดตาย

มันอยู่ของมัน

มันเป็นคู่กันอยู่อย่างนี้

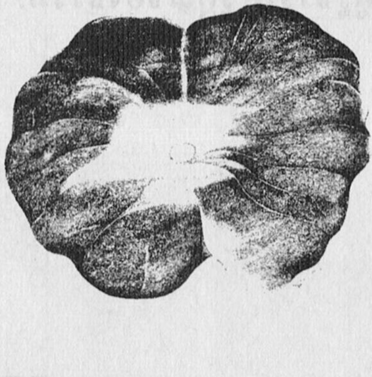
เป็นอยู่ทุกขณะ

แต่เราไม่ทันการเป็นอยู่ของมัน

ต้องทั้งรู้ ทั้งเห็น ทั้งเข้าใจ

จึงจะทันเจตสิกธรรม

เดินทัน ปรมัตถสัจจะ.

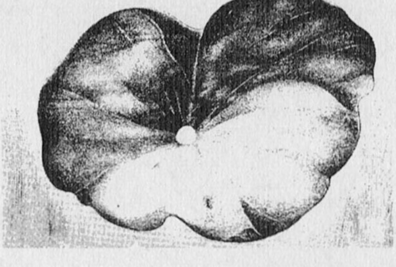


ให้รู้จักประมาณ

คำว่าให้รู้จักประมาณ
ก็เพื่อว่าจักได้รู้จักความพอดีพอควร

ธรรมะที่อยู่ภายใน
จักเป็นธรรมที่อยู่ภายในได้
เพราะตนรู้จักประมาณในธรรม
มีอุบายแยบคายเฉพาะตน
เรียกว่ารู้ได้ทั้งอาการนอก
รู้ได้ทั้งอาการใน
ของจิตของตน

ใจที่สงบได้ที่แล้วนั้น
ย่อมกะประมาณแก่ตนของตนได้.



โทษมากคลายได้ยาก

สิ่งที่ต้องสังวรให้ดีในตนของตน

สิ่งที่รักใคร่พอใจ

สิ่งที่หน่ายเกลียดชัง

เพราะความยินดียินร้ายนี้

ที่เป็นเครื่องก่อกวนจิตใจ

ของเรานั้นอยู่ตลอดเวลา

พอใจเพราะไม่รู้

ชิงชังเพราะไม่รู้

ไม่รู้เพราะตนไม่รู้

"ไม่รู้แล้วไปอวดรู้...

กับสิ่งที่ตนของตนไม่รู้นั้นอีก"

โทษมันจึงมีมาก.

ใจเราให้รู้จักพอดี

เอาตัวเองให้มันพอดีเสียก่อนคือ...

"ให้มันพอดี"

ให้รู้จักความพอดีในตนเองนี้

เพราะหากใจเรามันพอดีแล้ว

ใครจะอย่างไรก็ยกให้เป็นของเขา

เพราะมันเป็นเรื่องของเขา

ดีก็ของเขา ชั่วก็ของเขา

เราไม่เป็นไปกับเขา

เพราะ

ใจของเรารู้จักพอดี

แต่แล้ว

โดยมากมันทำความพอดี

ในตนของตนไม่เป็น

เพราะ

มัวแต่ไปเสาะหาที่อื่นภายนอก.

จิตที่ดี

การดูจิตของตน

ย่อมเห็นเป็นไปหลายอย่าง

เป็นไปตามภูมิจิตเครื่องกระทบจิต

ทีนี้จะทำอะไร

จิตจะเป็นเช่นไร

ก็จิตที่มั่นคงนั้นย่อมดีกว่าจิตทั้งหลาย

ให้สังเกตให้ดีว่า

ไม่ทุกข์เลยในขณะที่จิตตั้งมั่นนี่แหละ

ที่ยิ่งกว่าจิตทั้งปวง

จึงว่า...

จิตที่ดีนั้น

ต้องไม่เกี่ยวข้องกับทุกข์หรือสุข.

โลกเป็นไปอย่างนั้น

นี่...
เป็นทุกข์กับใจหรือ
เป็นทุกข์กับโลก

พิจารณาให้ดี
ที่จริงแล้วโลกนี้ก็เป็นตามโลกนี้
นี่เป็นของมันโดยตลอดมา

เรียนอย่างไรศึกษาอย่างไร
ก็เป็นไปตามโลกนี้
ว่าเป็นทุกข์ก็แยกใจออกเสีย

ให้เข้าใจว่าโลกเป็นอย่างนั้นของโลก
ตัวเราอย่าหลงโลก
ไม่มีผู้หลงแล้ว
จะทุกข์ได้อย่างไร.

หากไม่รู้และไม่ทำ

ใคร ๆ ก็ตายเหมือนกันเสมอกัน

การจะทิ้งรูปนี้มันง่าย

แต่ผู้ที่จะทิ้งจิตได้นั้นหายาก

ยากเพราะว่าไม่รู้มันมีอยู่เพราะอะไร

อะไรเป็นเหตุ อะไรเป็นผล

ไม่หายใจก็ตาย ทิ้งกายได้

แต่การจะทิ้งจิตนี้

เราจะทำอย่างไร ทำแบบไหน

ศีล ไม่รักษา

สมาธิภาวนา ไม่ทำ

ปัญญา ไม่มีสั่งสมขัดเกลา

เมื่อไม่ทำอย่างนี้แล้ว

กายก็ไม่รู้ที่จะทิ้งจิตนี้ไปได้

หากไม่รู้และรู้แล้วไม่ทำ

ก็เป็นของลำบากมาก.

ปิดบัง

ไก่กับไข่อะไรเกิดก่อนกัน

อย่าเถียงกันจะว่าให้ฟัง

ไข่ไก่มีเปลือกไข่หุ้มอยู่

เปลือกไข่ปิดบังไข่ขาว

ไข่ขาวก็ปิดปังไข่แดง

ไข่แดงก็ปิดบังตัวมันเองอีกชั้น

เห็นไหม ?

ไข่แดงที่ปิดบังอยู่

เมื่อยังไม่เห็นก็จะไม่เห็นตัวแม่ไก่

ธรรมต้น ธรรมปลายสืบสาวเอามา

สาธยายไม่ได้

ว่ากันได้แต่อย่างกลางของธรรมเท่านั้นล่ะ

ธรรมที่เป็นกลางอยู่

ก็เป็นกลางของธรรม

เหมือนไข่แดงปิดบังไข่แดง

นั้นเอง.

อะไร ๆ ก็หลงไปแล้ว

ความหลงมาจากรู้
รู้อะไรก็หลงอันนั้น เมาอันนั้น
รู้นั้นก็มาจากหลงไปแล้ว

แม้หลงไปแล้วก็ยังไม่รู้ตัว
เป็นแต่มาถือว่าเป็นความรู้ของตัว
อะไรๆ ก็หลงไปแล้ว

หากจะบอกสูเจ้าว่าโลกนี้ไม่มีอะไร
ก็ไม่รู้ได้เข้าใจไม่ถูกหนำซ้ำก็ไม่รู้จัก
หนักเข้าไปอีกก็มืดแปดด้าน
เพราะหากหลงไปแล้ว
อะไร ๆ ในโลกนี้
ก็เอาเป็นอะไรไม่ได้.

ผลของการยึดถือ

สิ่งและความชั่วใด ๆ

อวิชชา

ตัณหา

อุปาทาน

กิเลสอื่นๆ

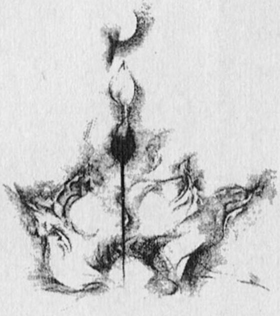
ล้วนแต่เป็นของไม่ดี

มันมีขึ้นอยู่เพราะเหตุใด

ก็เพราะการยึดถือนั้นเอง

ยึดถือในใคร

ก็ในตัวตนของตนนั่นแหละ.



ดูสังขาร

เรื่องสังขารนั้น

ดูให้ดีเน้อมันมีเรามีเขาได้อย่างไร

มันอย่างนี้จริงๆ ไหมล่ะ

แล้ว...ตัวแก่ ตัวเจ็บป่วย ตัวแตกดับ

มันมาได้อย่างใด

ตัวเองมีพวกนี้มาได้อย่างใด

มันอะไรของมันนักหนาก็ไม่รู้

"บางคนจึงโง่...

บางคนจึงรู้ได้"

ที่ถูกต้องแล้วมันควรเป็นอะไร

เป็นอย่างใด...?

อย่างไรกันแน่

ไม่อยากทุกข์ก็อย่าให้มี

สนใจ

ตื่นตัว

กลัวทุกข์

ทำความเข้าใจในโลกนี้เสียใหม่

ว่าที่ถูกต้องนั้น

เป็นอย่างไรกันแน่.



ลืมได้เลย

ความรู้ความเข้าใจใน ตา
หู
จมูก
ปากลิ้น
กาย
ใจ
ทิ้งไปให้หมด

ความรู้ความเข้าใจใน รูป
รส
กลิ่น
เสียง
สัมผัสถูกต้อง
ก็ให้ลืมให้หมด

ทิ้งไปแล้วลืมได้เลย
อย่าไปจำไว้ว่าทิ้งไว้ตรงไหน.

ธรรมดา

ทุกคนด้วยกันนี้

เกิด

แก่

เจ็บ

ตาย

มันมีอยู่ด้วยกันทุกคน

เรียกว่าธรรมดานี่เป็นสมบัติ

เป็นสมบัติของสัตว์โลก

ด้วยเหตุนี้จึง...

ไม่ควรทำความทุกข์อื่นๆ

ให้แก่กันและกันอีก

ผู้วุ่นวายก็ร้อนรุ่ม

ผู้สบายก็สงบ

จึงให้สงบอยู่ในตนของตน

ดีกว่าไปวุ่นวายให้ทุกข์แก่ผู้อื่น.

ที่สุดแล้ว

อาตมาอยู่ทุกวันนี้

ก็อยู่ดูโลก...

ถ้าจะว่าไปไม่ดูอะไรเลยก็ไม่ได้

เพราะยังดับโลกไม่ได้

แต่ไม่อยู่ดูอะไรเลย

ก็ไม่ดูอะไรเลย

มันก็เป็นอยู่เท่านั้น.



ต้นวิมุตติ

อย่าฝึกหัดให้คิด

อย่าฝึกหัดให้กังวล

เพราะฟุ้งซ่านกังวล

มันตัดสมาธิ

จิตสงบแล้วก็เป็นสมาธิ

สมาธิมั่นคงแล้วก็เป็นปัญญา

รู้เห็นเป็นจริงตามจริงได้

เพราะอาศัยรู้เห็นอย่างนี้

ทำความรู้ความเห็นนี้แล้ว

จึงจะพ้นไปได้

เบื้องต้นนี้อย่าคิดนึกปรุงแต่ง

อย่าหัดใจให้กังวล.

หลักของใจ

อะไรคือหลักของใจ ?

อยากได้หลักของใจหรือ...

๑. ไม่ทำผิดไม่ทำบาป

๒. ไม่วุ่นวายไม่กังวล

๓. เข้าใจให้ถูกต้อง

๔. ไม่เข้าไปพัวพันเกาะเกี่ยว
ในอะไรๆ ทั้งหมด

รักษาศีล

เจริญภาวนา

ขัดเกลาปัญญา

ทำความพ้นไปได้

อย่างนี้จะทำได้ไหม

ดูถูกตัวเอง

"โลกนี้ไม่ดีเลย"

โอ...อย่าไปตำหนิโลก

โลกก็เป็นโลกอยู่อย่างนี้

สารพัดมันจะเป็นไป

เพราะมันเป็นโลก

เราเกิดมาในโลก

ก็เป็นไปอย่างโลก

ตำหนิโลกก็ดูถูกตัวเอง

ว่าให้โลกก็เหมือนกับว่าให้ตัวเอง

ว่าตัวเองดีแล้ว...

ทำไมตัวเอง เจ็บไข้แก่ชราทรุดโทรม

แตกดับเป็นทุกข์เป็นร้อน

ประการใด ๆ

เอาให้ดีเน้อ!!

ตัวนั้นแหละเป็นโลก

โง่เขลา

ปุถุชนอย่างเรานี้...

จะพูด

จะทำ

จะคิด

โง่หรือฉลาดไม่ปรากฏ

แต่เมื่อใดก็ตาม

พูดแล้ว

ทำแล้ว

คิดแล้ว

นั่นแหละโง่แล้ว..!

เป็นเวลาที่ยังโง่อยู่

"โง่อยู่กับโง่ ทุกข์อยู่กับทุกข์."

แยกคู่

- *บุญบาป*
- *สุขทุกข์*
- *โง่ฉลาด*

เหล่านี้ประการใด ๆ มันเป็นของคู่กัน

ปราชญ์ท่านว่า

"ความทุกข์คือความโง่...ฉลาดไม่จริง ก็โง่ก็เป็นทุกข์อีก"

ฉะนั้น ...

หากจะฉลาดต้องให้เลยทุกข์

จึงจะพ้นทุกข์

จึงจะพ้นจากโง่แท้ ๆ

เมื่อพ้นจากโง่ได้แล้ว

ก็ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับบุญบาปใด ๆ.

มันไม่เป็น

ไม่อยากโลภก็โลภ

ไม่อยากโกรธก็โกรธ

ไม่อยากหลงก็หลง

ไม่อยากทุกข์ก็ทุกข์

ตอนที่ยังโง่อยู่ตอนนั้นมันเป็นอย่างนี้

แต่เมื่อรู้แล้ว

อยากโลภ

อยากโกรธ

อยากหลง

อยากทุกข์

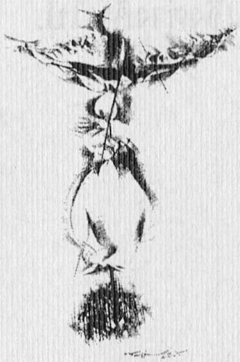
ประการใด ๆ อย่างใด ๆ ก็ตาม

มันไม่เป็น.

จิตมีขึ้นได้เพราะ

จิตมีขึ้นได้เพราะสมมุติเกิดขึ้นก่อน
แล้วใครตั้งสมมุติ ?
ก็อาการของจิตที่เป็นไปนั้นเอง
ร่างกายมีแล้ว
อิริยาบถใดๆ ของร่างกายจึงมีตามมา

หากไม่เอาใจไปอยู่กับสมมุติ
ก็จะพ้นไปจากสมมุติ
แล้วจิตจะอยู่ที่ใด
แล้วอะไร ๆ จะไปอยู่ที่ไหน
จึงไม่มีอะไรที่ไหนเลย.



ต่างกันไป

"ผู้ข้า... อยู่ร่วมกับพระมหานิกาย
เมืองเหนือ อยู่กับเขาได้สบาย เพราะ
เราไม่ขัดเขา เขาไม่ขัดข้อง เราทำตัวเรา
เหมาะสมเสียแล้ว การปฏิบัติก็ถูกต้อง
เป็นกลางไม่ขัดความคิดใครเลย
ไม่เคยถูกเขาไล่ออกจากวัด"

ความเข้าใจต่างกัน
คำพูดก็ต่างกัน
ความรู้เห็นก็ต่างกัน
ความคิดก็ต่างกัน
เพราะความแตกต่างกันนั้นเอง
มันจึงต่างกันไป.

เร่งรัดทำความจบ

หากรู้จักทุกข์...
ว่าเป็นทุกข์ให้ทุกข์อยู่
แต่ตัวเรายังปล่อยตัวเองให้ทุกข์อยู่
นี่เรียกว่าไม่รักตัวเอง ไม่แก้ไขตัวเอง
ไม่มีปัญญา ไม่ใช้ปัญญา

คนผู้ฉลาดนั้น
ไม่ทำตัวเองให้ตกอยู่ในทุกข์
ไม่ต่อยืดอายุของทุกข์
มีแต่เร่งรัดทำความจบให้เกิดขึ้น
เพราะเห็นประโยชน์ของใจ
ว่ากว่าที่ใจนี้จะรู้จักทุกข์นั้น
มันผ่านโลกมาแล้วกี่ภพกี่ภูมิ
เกิดตายเท่าไหร่ก็จำไม่ได้.

ทางสายกลาง

ผู้ปฏิบัติควรรู้จักสายกลางอย่างแท้จริง

หากรู้แล้วไม่ละก็เป็นโลก

หากรู้แล้วละก็เป็นธรรม

ความรู้ที่จะหลงเป็นโลก

ความรู้ที่จะละเป็นต้นมรรค - ต้นทาง

ธรรมจึงเป็นอยู่เช่นนี้.



อยู่ผู้เดียวรู้ใจตน

จะไปยุ่งยากวุ่นวายกับคนอื่นทำไม

คนที่ต้องการคนอื่นมาเป็นหมู่เป็นพวก

เพราะเขาอยู่ตัวคนเดียวยังไม่เป็น

และสำคัญเขายังไม่เห็นตัวเอง

จิตต้องการอยากได้หมู่เพื่อน

ความจริงแล้วเราต้องการอะไรอีก

สิ่งที่มีอยู่ก็พอแล้วตั้งใจภาวนา

ข่องตนไปดีกว่า รู้ลมหายใจอยู่

ชมกรรมฐานอยู่ อยู่ตัวคนเดียว

มันสบายใจกว่าที่จะยุ่งคนนั้นยุ่งคนนี้

คนชาวโลกเขาชอบวุ่นวาย

ในธรรมท่านเปรียบกับกอไผ่หนาม

แต่ผู้ปฏิบัติคนเดียวรู้ใจตนอยู่

ท่านเปรียบกับต้นตาลไม่ยุ่งยาก

ยุ่งเหยิงเหมือนกอไผ่

บาป - อาบัติ

การเผลอเรอ การไม่เอื้อเฟื้อ
ไม่พิจารณาให้ละเอียดถี่ถ้วนเสียก่อน
ไม่สำคัญ ไม่ระวัง ไม่ศึกษา
สงสัยแล้วยังทำละเมิดอยู่
อาการเหล่านี้ จะถูกก็ดี จะผิดก็ดี

"พระวินัยท่านปรับโทษหมด"

หากเป็นถูกก็อาบัติเบา
หากเป็นผิดก็หนาขึ้น บาปหนาขึ้น
เรานักบวชเรียกว่า "อาบัติ"
ชาวบ้านเรียกว่า "บาป"

เขารักษาศีลแต่ไม่เอื้อเฟื้อข้อศีล
เขามาอยู่วัด ไม่เอื้อเฟื้อวัดวาอาราม
เขามาศึกษาด้วยแต่ไม่เอื้อเฟื้อ
เขาปฏิบัติธรรมแต่ไม่เอื้อเฟื้อธรรม

คำว่า ***"ไม่เอื้อเฟื้อ"*** คือไม่เคารพ

บาป จึงเกิดเพราะไม่เคารพ

อาบัติ จึงเกิดเพราะไม่เคารพ.



เป็นวิบากเป็นผล

กรรมเป็นใหญ่กว่าสิ่งทั้งปวง
แรงใดจะเสมอแรงกรรมเป็นอันไม่มี
กรรมมีลักษณะเป็นการกระทำ
แต่ตัวของกรรมนั้นก็เป็นอยู่ของเขา

คือ *พาให้เป็นอย่างโน้นบ้าง*
พาให้เป็นอย่างนี้บ้าง
พอที่จะเป็นดีก็เป็นดี
พอที่จะเป็นชั่วก็เป็นชั่ว
มันมีเหตุปัจจัยของมัน
และไม่เคยอยู่คงที่

โลกนี้ก็ไม่คงที่
โลกนี้จึงเป็นโลกธรรม
เป็นวิบากผล.

หนึ่งเดียว

ธาตุ ๔ ขันธ์ ๕
จะดูกันอย่างปกติธรรมดา
ก็แยกกันได้ออกเป็น ๔ เป็น ๕
หากย่นเข้าไปก็เหลือรูปนาม
ย่นเข้าไปอีกก็เหลืออันเดียว
มันมีอยู่หนึ่งเดียวเท่านั้น

เมื่อดูให้ชัดให้ถูกต้อง
ก็มันมีอยู่หนึ่งเดียวเท่านั้น
แต่ก็มีหนึ่งเหมือนไม่มี
หากแยกเป็นรูปนาม

ก็เป็น ๔
เป็น ๕
เป็นหลายนัยออกไป

ก็ธรรมอันเดียวนี้แหละ
ไม่มากมายอะไรดอก.

การอยู่ศึกษากับครูบาอาจารย์

บวชใหม่ๆ มักจะเป็นเจ้าสงสัยกันทุกคน
ก็ดีที่เข้ามาศึกษาสอบถาม
แต่อย่าด่วนเถียงในใจ
รู้เรื่อง - ไม่รู้เรื่อง
แน่ใจ - ไม่แน่ใจ
เข้าใจ - ไม่เข้าใจ
ก็ขอให้ฟังไว้ก่อนรับไว้ก่อน
เมื่อใดที่มันยังไม่เกิดกับตัวเอง
ก็ว่าเป็นของยาก
แต่หากเกิดกับตัวเองแล้ว
กำหนดอะไรพิจารณาอะไรก็ไม่ลำบาก
ทำผิดมันก็ผิด
ทำถูกมันก็ถูก
ไม่ยากอะไรหรอก.

จุดเริ่มต้นและจุดจบ

ความสะอาดของจิต

ความรู้ของจิต

ความละอายชั่ว

ความกลัวบาป

สิ่งเหล่านี้เมื่อมาตั้งอยู่ในใจ
ของเราแล้วมันเป็นผลเป็นประโยชน์
ไม่รู้จบไม่รู้สิ้น
ให้ประโยชน์แต่วันนี้ไปจนวันตาย

พระอริยะเจ้าท่านทั้งหลาย
ก็พากันถือเอาประโยชน์
กับกิริยาเหล่านี้.



สำรวมการปฏิบัติ

การปฏิบัติก็ให้สำรวม
อย่าไปด่วนเปลี่ยนอุบายภาวนา
ทำให้สม่ำเสมออยู่เรื่อย ๆ
จะอย่างไรก็ช่างมัน

ตัวเราต้องมั่นคงอย่ามัวเมากับคนอื่น
ผู้เป็นครูสอนกัมมัฏฐานในยุคสมัยนี้
พากันเดินผิดทางเยอะแยะมากมาย
การปฏิบัติเป็นของละเอียด
ที่ละเอียดเพราะเป็นเรื่องการแก้ไขจิต

"ครูหัวโล้น ครูหัวดำ เวลาไป
ตกนรกตัวครูนั่นแหละ
ตกข้างล่างเราลงไปอีก".

ให้รู้สึกตัว

นั่งเกินไปก็ทุกข์
นอนเกินไปก็ทุกข์
ยืนเกินไปก็ทุกข์
เดินเกินไปก็ทุกข์
นิ่งเฉยเสียก็ทุกข์
หลุกหลิกอยู่ไม่นิ่งเป็นวอกก็ทุกข์
แก้มันก็คือให้รู้สึก
ทำอย่างไรอยู่อย่างไรก็สอนมัน
ตัวเราจึงรู้สึกจิตขึ้นบ้าง
ให้สอนมันด้วยสติ
อย่าปล่อยให้เป็นทุกข์โดยเปล่า
ให้ทุกข์นี้เป็นคุณแก่ตนบ้าง
ให้มันมีความรู้สึกอยู่เสมอ.

บ้าอยู่กับบ้า

ผู้ที่คิดว่าตนของตน
ปฏิบัติจนถึงที่สุดแล้วนั้น
ว่าตนหมดกิเลสอาสวะแล้ว
พอเขาด่าว่าให้เสียสักหน่อย
โห!...ขึ้นเป็นฟืนเป็นไฟ
บางพวกหนักเข้ากว่านี้
คิดว่า สติก็ดี สมาธิก็ดี ปัญญาก็ดี
วิชชาก็ดี จิตก็ดี ว่าสิ่งเหล่านี้
เป็นองค์แห่งนิพพาน
นี้พวกนี้ก็บ้าอยู่กับบ้า
พวกบ้าปฏิบัติด้วยกัน.



ขบคิดให้แตก

เมื่อไม่มีอะไรแล้ว

ก็ไม่มีอะไร

หากไม่เป็นทุกข์

ทุกข์ที่ไหนจะมี

หากไม่มีอะไรแล้ว

อะไรที่ไหนจะมี

นี่คิดอ่านให้ดีเถิด

"นี่ไม่ใช่อาตมา พูดเล่นปากเล่นคำหน่ำ

นี่พูดให้ฟัง ฟังแล้วให้คิด

ขบคิดพิจารณาให้เข้าใจ ...

อย่ามาถามหานิพพาน"

เอาข้อนี้ไปคิดดูก่อน.

เพียงการพิจารณา

พระอรหันตเจ้าเป็นผู้หมดจดโดยแท้
ความรู้ก็หมดจด
เป็นอยู่กับสิ่งต่าง ๆ เพียงพิจารณา
คำว่า *"พิจารณา"*
คือ รู้แจ้งเห็นจริงถึงที่สุดแล้ว
เห็นรู้และเข้าใจถึงความรู้สงบในธรรม

ตัวเรานี้อย่างใด
พูดไปก็หาโทษใส่โลก
ว่าโลกนี้ยุ่งยากวุ่นวายสับสน
ก็เพราะมัวแต่ให้โทษแก่ผู้อื่น
โทษในใจตนกลับไม่รู้
พิจารณาก็ไม่เป็น
กลับอับจนเศร้าหมองอยู่เช่นนี้.

ไม่ต้องมีการศึกษาอีก

คำว่า "นิพพาน" นั้น
ไม่ต้องมีการศึกษาใด ๆ อีก
ท่านจึงให้ชื่อว่า "โลกุตตรธรรม"

คือ ไม่มีอยู่ในโลกโลกีย์
ที่ยังต้องศึกษาอยู่นี่ก็เพราะเป็นโลกีย์
คือ มีเรื่องให้ศึกษาแก้ไขตัวเอง

ขณะนี้ตัวเรานี้ อาลัยมี
หลงมี
ทุกข์มี
ตนของตนมี

จนกว่าจะทำให้หมดอาลัย หมดหลง หมดทุกข์ หมดตนของตน ทำตนให้หายไปหมด จึงจักเข้าใจโลก หนีจากโลกก็เป็น *"นิพพาน"*.

ไม่มีอะไร

เรามาว่ากันว่า
ต้องอย่างนั้น
ต้องอย่างนี้
ต้องอย่างโน้น
ต้องอย่างไหน ๆ อีก
ปรุงกันไปต่าง ๆ หลายอย่าง
ทีนี้ในใจเรามันจึงมีอะไร ๆ
ตามขึ้นมาอีกมากมาย

เพราะเหตุว่า
เราเข้าไปเกี่ยวข้อง
หากเราไม่เข้าไปเกี่ยวพัน
กับสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้แล้ว...
มันจะไปมีอะไรที่ไหน !.

สมมุติ

ให้รู้จักสมมุติว่าเป็นของใช้ในโลก

พูดได้ทำได้ *กายสมมุติ*

คิดได้รู้ได้ *ใจสมมุติ*

จึงว่าสิ่งใดก็ตามที่ตัวเรา

รู้ได้ คิดได้ เข้าใจได้ ทำได้ พูดได้

เหล่านี้เป็นสมมุติที่เป็นไป

ในทุกข์สุข บุญบาป นรกสวรรค์

เป็นของสำหรับใช้ให้เข้าใจในโลกนี้

เท่านั้น

รวมว่า เป็นไปตามสมมุติ

เราว่ามันมี มันก็มี

หากไม่มีแล้วก็จะไปมีมาแต่ไหน

ผู้หลุดพ้นก็พ้นไปจากการสมมุติ

เหล่านี้เรียกว่า "*วิมุตติ* ".

เป็นแต่เพิ่มบ้า

ในสิ่งใด ๆ ที่เรายังไม่รู้จัก
ก็ไม่ควรประมาท
เพราะคนไม่รู้จักธรรม
อยู่ด้วยกันคุยกันอยู่นี้
แจกแจงสนทนาอย่างใดประการใด
ก็เป็นแต่เพิ่มบ้าให้แก่ใจ
คือ เพิ่มเรื่องให้ใจเข้าไปเกี่ยวข้อง
ส่วนผู้รู้ธรรมแล้ว
แม้ไม่เกี่ยวข้องหรือเกี่ยวข้องกับใคร ๆ
ตัวท่านก็หาประมาทไม่มี
เมื่อความประมาทไม่มีแล้ว
อยู่ไหน
ก็สบาย.

ยังยากอยู่

ให้รู้จักความเฉย ๆ ของจิตบ้าง

จิตเบา

ไม่ขัดข้องอันใด

สุขทุกข์ก็ไม่มีในนั้น

นานไป...

แม้ความเฉย ๆ นั้นก็เลือนไป

เหลือแต่ผู้รู้

รู้ตาม รู้ทัน รู้ตัวอยู่

หากยังจับให้จิตอยู่เฉยไม่เป็น

การเจริญภาวนาก็ยังว่ายากอยู่.



ว่าแต่ว่า

ว่าไม่มีก็มีอยู่
ว่ามีก็หาไม่เห็น
ว่ามีก็ไม่ถูก
ว่าไม่มีก็ไม่ถูก
จึงว่าได้แต่ว่า บุญมี
บาปมี
นรกมี
สวรรค์มี
มนุษย์มี
เดรัจฉานมี
เปรตมี
เทวดามี
พรหมโลกมี
นิพพานมี.

ยังหยาบนัก

จะเอาอะไรมาเปรียบเทียบให้ฟัง
ว่า "*พระนิพพาน*" นั้นอย่างไร
เพราะ ไม่มีสิ่งใดจะเหมือนได้
ที่ว่า *บริสุทธิ์แล้ว*
หมดจดแล้ว
เป็นเอกแล้ว
ทั้งหมดนี้ก็ยังหยาบอยู่
พูดจาว่ากันแต่พอให้เข้าใจเท่านั้น
เพราะ
ตัวเราเองก็ยังเอาใจแจ้งยังไม่ได้.



มันต่างกัน

มืดกับสว่าง
ความหลงกับความพ้น
มันต่างกันมากหนักหนาทีเดียว

คนหยาบ ก็ตั้งแต่หยาบ
คนละเอียด ก็ละเอียดรอบคอบได้
คนเป็นทุกข์ ก็ทุกข์แสนทุกข์
คนผู้พ้นไปแล้วท่านก็สบาย
นี่มันต่างกันอย่างนี้

พวกเรามันต่างกันอย่างนี้
เหตุเพราะธรรมะมีเป็นชั้น ๆ

หยาบ ละเอียด มืด สว่าง
เมื่อยังไม่ถึงจุดสิ้นสุดของธรรม
ก็เป็นอยู่เช่นนี้ ต่างกันอยู่อย่างนี้

คนเรามันต่างกัน
สัตว์โลกมันต่างกัน.

ใคร ?

อนิจฺจํ

ทุกฺขํ

อนตฺตา

ใครเป็นผู้เห็นได้

พระโสดาบันเห็น อนิจจัง

พระสกิทาคามีเห็น ทุกข์ตัวเค้า

พระอนาคามีเห็น ทุกข์ทั้งหมด

พระอรหันต์เห็น อนัตตา

คำว่า *"อนัตตา"* ของพระอรหันตเจ้านี้

ธรรมท่านว่า

หมดอนิจจัง

หมดทุกขัง

จึงเป็นอนัตตา

จึงเข้ากันกับ **สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา.**

สุขที่แท้จริง

สุขทุกข์ในตนของตนนี้เอง
เป็นพ่อเป็นแม่ของโลก

เพราะ บุญเกิดได้
บาปเกิดได้

เรามาทุกข์ก็หาสุข
เรามาสุขก็เพราะไม่ต้องการอยากทุกข์
แต่...
ไม่รู้ว่าจะออกไปจากทุกข์สุขได้อย่างไร

ปราชญ์บัณฑิตท่านสอนว่า
ต้องทำทุกข์ให้หมดไป

สุขจึงจะหมดจดได้
จึงเป็นสุขที่แท้จริง
เป็น สุขํ
เป็น นิจฺจํ

และไม่ใช่เป็นอัตตาอย่างเดี๋ยวนี้.

ธรรมะ

อย่าไปทะเลาะกัน
กับเรื่องโลกเรื่องสงสาร
มี - ไม่มี อะไรทั้งหมด
ก็โลกเป็นโลกอยู่อย่างนี้
มันไม่มีอะไรแปลกเลย
ตัวเราแท้ ๆ...

ก็เป็นธรรมชาติอันหนึ่งเท่านั้น
เรื่องอะไรต่าง ๆ จึงมีเป็นโลก
ของที่ต้องรู้เองเห็นเอง
และหมดเรื่องไปเอง
นั่นท่านเรียกว่า *"ธรรม"*.



จิตที่ถูกต้อง

อารมณ์ใด ๆ เกิดขึ้น
ที่อยู่ในจิต
เมื่อเรารู้จักว่าเกิดขึ้นมีขึ้นได้
ด้วยกิริยาอาการอย่างใด

เราก็ *จะรู้จักจิตที่ว่างเปล่า*
จะรู้จักจิตที่หมดจด
จะรู้จักจิตที่หมดอารมณ์
จะรู้จักจิตที่ถูกต้องอย่างแน่นอน

เพราะว่า...
ละสัญญาได้แล้วนั่นเอง
เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว
ความบริสุทธิ์ก็มีขึ้นได้.

ที่สุด

นิจฺจํ

สุขํ

อนตฺตา เป็นอยู่โดยธรรม

อยู่โดยสงบไม่มีทุกข์ใดๆ

นี้หล่ะ..ที่สุดของการปฏิบัติหน๋า

ใครทำได้ไหม ?

ทำได้หรือยัง เห็นได้หรือยัง

ไม่ได้ ไม่เห็น

ก็ไม่ได้ละ ตนจึงทุกข์

เป็นทุกข์

ไม่แน่นอน

ไม่มั่นคง

ไม่เอาใจใส่

ในการปฏิบัติตนของตน.

ไม่ต้องว่าก็ได้

คิดอ่านให้ดี

ความทุกข์ กับ ความหลง

อะไรมาก่อนกัน ?

มันหลงแล้วมันจึงทุกข์ไม่ใช่หรือ

ทุกข์เพราะหลงไปแล้ว

หากเราพ้นจากความหลงแล้วนั้น

ก็หมดเรื่องที่จะทุกข์

อย่างอื่นไม่ต้องว่าก็ได้

จะมีหรือไม่มี

ก็ไม่เป็นผลอีกแล้ว

เพราะ "*เราไม่หลง เราไม่โง่.*"



เมาไม่สร่าง

ตัวเรานี้มันทั้งโง่และทั้งบ้า
โง่เพราะไม่รู้ตัวเอง

บ้าเพราะไม่วายสงสัยท่านผู้อื่น
หากหายโง่หายบ้าก็หายเมา

"หากยังโง่อยู่...
เมื่อใดเล่าจะหายบ้า
หากยังบ้าอยู่...
เมื่อใดเล่าจะหายเมา

ตัวเองรู้ตัวเอง
ตัวเองปรากฏชัดแจ้ง
ตัวเองเป็นอย่างใด."

จิตกับจริต

การบริกรรม

การพิจารณา

มันต้องถูกกับจริตนิสัย

มันต้องถูกกับจิตคือ จิตอยู่

จิตตั้ง

จิตไม่ฟุ้งซ่าน จิตร่าเริง จิตเบิกบาน

จิตเยือกเย็น จิตสบาย จิตสงบ

ให้สังเกตดูตัวเอง

จะบริกรรมอันใดเป็นผล

จะพิจารณาอันใดเป็นผล.



ให้รู้

จิตให้รู้จิต
ใจให้รู้ใจ

จิตอยู่ที่จิต
ใจอยู่ที่ใจ

มีสติประจำที่ไว้
กำหนดสติรักษาจิต
ชำระใจของตน.



จะอย่างไร

กายนี้มิใช่ตน
อัตภาพนี้เป็นของกลางต่างหาก
ใครจะใช้ไปทางใด - ทางดี
- ทางชั่ว

จะเสาะหาอันใดใส่ตน
กายและใจนี้เอง
ที่เป็นเรื่องธรรมภายใน

ขอให้พิจารณาให้ดีเถิด
รีบทำเสียให้รู้

ตนของตนจะเอาอย่างไร
ตนของตนต้องทำให้ตน.



จิต

นั่งก็จิต

ยืนก็จิต

เดินก็จิต

นอนก็จิต

กินก็จิต

ถ่ายก็จิต

เหยียดก็จิต

คู้ก็จิต

แลก็จิต

เหลียวก็จิต

หญิงก็จิต

ชายก็จิต

จิตกับกายออกจากกันไม่ได้ ออกไปก็ตาย...

ร่างกายตาย จิตตาย สติตาย

จิตนี้จึงวิเศษสุด ดีก็จิต ชั่วก็จิต.

อย่าให้เป็นอย่างนี้

พระผู้เฒ่า หลวงพ่อ หลวงตา...
สติเบา เผอเรอ ลืมหน้าลืมหลัง
อะไรไม่ถูกใจก็ด่าก็ว่า
โกรธง่าย น้อยใจง่าย
พูดเสียตามใจนึกคิด
หลงไปตามอำเภอใจ อ่อนน้อมยาก
จึงให้มีธรรมะข่มตนไว้
รู้สึกตัวเอง ให้รู้ตัวเอง
คนเฒ่าเมืองเหนือว่า...
“เฒ่าแก่แล้ว บ่ต้องมาสอน
ตีไม้ขอนนอนมันตึงบ่ดัง...”
อย่าให้เป็นอย่างนี้
ยิ่งแก่เฒ่าล่ะยิ่งรักษาตัวเอง
ให้สมกับว่า
“อาบน้ำร้อนมาก่อน”
“แก่มะพร้าว เฒ่ามะหุ่งสุก.”

สองคติหนึ่งเดียว

นาม

รูป

ธาตุ

ขันธ์

อายตนะ

เกิดขึ้นแล้วดับไป

เพราะเป็น *อนิจฺจํ*

ทุกฺขํ

อนตฺตา

อยู่อย่างนี้

ที่ว่าอย่างนี้นั้น

ให้เข้าใจในคติของสังขารเท่านั้น

แต่คติของธรรมก็เป็น อนตฺตา

เป็นอยู่เช่นนั้น แต่อยู่ในที่

ภาวะที่เป็นธรรม.

สืบทอด

ครูบาอาจารย์ท่านสอนให้ละกำหนัด

ไม่ให้กำหนัดใคร่ยินดีต่อขันธ์

ละกำหนัดในรักชอบชังทั้งหมด

ให้มีปกติ *เห็นโทษ*

เห็นภัย

ของขันธ์ ๕

รูปมีโทษ

เวทนามีโทษ

สัญญามีโทษ

สังขารมีโทษ

วิญญาณมีโทษ

เราเห็นกันหรือยัง...

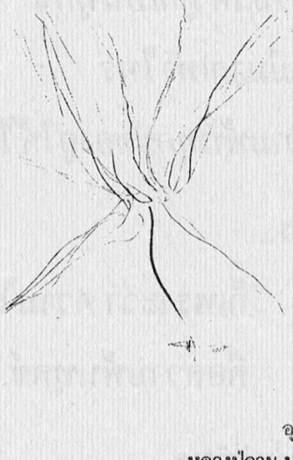
สำนึกในโทษทุกข์นี้หรือยัง.

อยู่ด้วยใจ

อย่าอบรมแต่ความคิดที่จะสึกหาลาเพศ

- *ชอบทุกข์กันอย่างนั้นหรือ ?*
- *นี่ยังทุกข์กันไม่พอหรือ ?*
- *อาลัยทุกข์กันเช่นนั้นหรือ ?*

ตัดความคิดเช่นนี้ออกไปจากใจของตน
อย่าเป็นแต่คิดบ้า ๆ บอ ๆ
หมั่นแก้กัมมัฏฐานของตน
ให้อยู่ด้วยใจ
อยู่ด้วยวิหารธรรม.



มากเท่าใด

เป็นทุกข์เพราะ *ไปชอบของไม่ดี*

รักก็รักของไม่ดี

หลงก็หลงของไม่ดี

จึงยุ่งยากวุ่นวาย หาหัวหาท้ายไม่เจอ

ให้ระลึกให้ได้ว่า...

"กูนี่หล่ะที่ฝึกหัด **หยุด**

หยุด*ของไม่ดี*

หยุด*ไม่ชอบ*

หยุด*ไม่รัก*

หยุด*ไม่หลง*

หากกูหยุดไม่ได้ กูก็เป็นทุกข์

ทุกข์ของกูมีมากเท่าไหร่

กูก็จะทำความพ้นทุกข์ของกูให้ได้เท่านั้น"

เพราะอะไร...

ก็เพราะว่า ความไม่ทุกข์

คือความพ้นทุกข์.

ค้นหาตน

จะโง่จะฉลาดอย่างใดก็ตาม
อย่ามาอวดโง่อวดฉลาดกันนักเลย
หากยังมีทุกข์อยู่
ทั้งไอ้โง่ ไอ้ฉลาด... มันก็พอ ๆ กัน
เป็นพวกเดียวกันคือ *พวกทุกข์*
พวกโง่

มาหาตนดีกว่า
ตนโง่ หรือ ตนฉลาด
ตนสุข หรือ ตนทุกข์
ตนดี หรือ ตนชั่ว

อันนี้เป็นตนชั้นต้น
ตนชั้นปลายคือ *ตนที่ไม่ใช่ตน*
ตนของตนก็ไม่มี
มีแต่ตนที่ไม่ใช่ตน.

ขอฝากไว้

ขอนิมนต์ไว้ลูกหลานเอ๊ย

ทุกรูปทุกต๋น ทุกคนทุกแห่งหนเน้อ...

บวชแล้วเราเป็นพระเป็นเณรเป็นชี

ตั้งใจให้ดีให้เป็นกำลังของศาสนา

ต้องเป็น ผู้ประเสริฐจริง

ผู้ปฏิบัติธรรมจริง

ต้องมีระเบียบวินัยอย่างถูกต้อง

มีจริยวัตรให้งาม

ทำดีทำตัวให้ดี

หากทำดีไม่ได้แล้วในผ้าเหลืองนี้

ต้องสึกไปเสีย หรือสึกให้หมดก็ได้

อยู่กันมากมายแต่หาราคาไม่ได้

สู้มีอยู่น้อยแต่มีราคาดีกว่า

ของมากไม่มีประโยชน์

แต่ของน้อยได้ประโยชน์มาก.

ไม่มีความจำเป็น

อย่ามาถามหาต้นหาปลายของโลก
หัวท้ายของวัฏฏะนี้ไม่มีหรอก
ตัดตรงไหนก็ขาดตรงนั้น
ต่อตรงไหนก็ติดตรงนั้น
จนกว่าเมื่อใดเราจะรักษา...

โรคเกิด โรคแก่ โรคเจ็บ โรคตาย
รักษาโรคที่หายยากนี้ได้แล้วเท่านั้น
เราจึงจะรู้ได้ในต้นสายปลายเหตุ
แต่รู้แล้วก็รู้ได้เท่านั้น

การตัด การขาด การติด การต่อ
หัวท้ายตายเกิดเราไม่เกี่ยวข้องอีกแล้ว

เพราะ...รู้จักของปลอมแล้ว
รู้จักตนเองแล้ว รู้จักผู้อื่นแล้ว

จึงไม่มีความจำเป็นกับโลกนี้อีก
จึงไม่มีความจำเป็นในวัฏฏะนี้อีก.

ไม่รู้ทำไม

บวชเข้ามาแล้ว...

ตามใจ ตามอยาก ตามสบาย
ไม่ทรงธรรมทรงวินัยแต่อย่างใด
เล่นไปกินไปนอนไปขอไป
พอใจแต่สุขแต่สบาย
มักได้ใน ลาภ ยศ สักการะ
อยากใหญ่ในฐานะ
มัวเมาแต่อ้างตัวต่อความชั่ว

กิเลสของกู ตัณหาของกู
ยึดถือของกู โง่เง่าของกู

ไม่มีกำหนดความดีแต่อย่างใด
ไม่รู้เขาบวชกันเข้ามาทำไม

พระเณรยุคสมัยใหม่
ล้วนแต่เป็นของปลอม
เป็นกะปอมกิ้งก่าหัวเขียวหัวแดง.

ไม่กล้ารับปาก

โต๋ (เธอ) จะให้ผู้ข้าอยู่นาน ๆ

ได้อย่างไร

นี่มันก็เหลือทนแล้วนะ

รูปกายมันก็มาจากของไม่คงทน

แม้แต่เหล็ก แม้แต่หินมันยังผุพัง

กายสังขารนี้ก็ธรรมดาของมัน

ตายผู้ข้าก็ไม่ห่วง

อยู่ทุกวันนี้ก็ไม่ห่วง

ตามเรื่องของมัน

จะให้อยู่ต่อไปก็ตามเรื่องของมัน

ผู้ข้าไม่กล้ารับปากคำขอของใครหรอก

ตายก็ตายไปเถอะ อยู่ก็อยู่ไปเถอะ

อินังขังขอบมันไปทำไม

สังขารนี้ของเล่น.

กว่าจะรู้ได้

การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้านั้น
ไม่ได้อยู่นอกจากการรู้จักสังขาร

การบรรลุธรรมของพระอริยะเจ้า
การได้ธรรมะของครูบาอาจารย์
การเป็นไปในธรรมของผู้ศึกษา
ก็ล้วนแต่เพราะเป็นผู้รู้จักสังขาร

แต่จะดูอย่างธรรมดา
ก็จะหาคำตอบอะไรไม่ได้
ต้องพิจารณาอย่างถ่องแท้รอบคอบ

จึงจะพอรู้ได้
พิจารณาด้วยสมถะ
พิจารณาด้วยวิปัสสนา

สังขารนี้ล่ะเข้าใจได้ยากที่สุด
ในโลกนี้กว่าจะรู้ได้ต้องผ่านมาแล้ว
หลายล้านพุทธะ.

สุขปราศจากทุกข์โดยแท้

สุขอย่างใด
ที่เรารู้แล้วว่าไม่มีทุกข์

สุขอย่างนั้นแหละ
ที่องค์พระพุทธเจ้าตรัสบอกว่า

เป็น **"พระนิพพาน".**



พระแท้ เณรแท้

ต้องสงบตั้งมั่น

สำรวมอยู่ในทุกสิ่ง

ไม่มีความยึดถืออันใด

อยู่ด้วยการไม่มีอันใดขัดข้อง

ปฏิบัติตนเองให้ถึงความจริง

ทำตนให้หาทุกข์ไม่ได้

จนที่สุดไม่มีทุกข์เลย

เมื่อตนปราศจากทุกข์แล้ว

ก็เมตตาพร่ำสอนผู้อื่น

ทำหน้าที่นั้นสุดท้ายของผู้ที่เป็น

สาวกภูมิของพระพุทธเจ้า.

วิสัยแห่งพุทธะ

มีผู้สอน...

เรียกครูอาจารย์

มีผู้เรียน...

เรียกศิษย์หาษาศิษย์

และเคารพนับถือกราบไหว้บูชา

เพราะยึดถือกันตามโลกตามภูมิ

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น

มีผู้สอน... มีผู้เรียน

แต่ไม่ได้ยึดถือกัน

เพราะรู้ได้ตาม ไม่มีผู้สอน

และไม่มีผู้เรียน

จึงเรียกว่า *อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า.*

อยู่ไม่นานเลย

ในโลกนี้ไม่มีใครผู้ใด
อยู่ได้นานนักหรอก..
เพราะ สังขารก็เป็นไปของมัน
นานไปก็แก่หง่อม
นานไปก็ตาย ไม่นานก็ตาย
ตายหายไปจากโลก

อันนี้มันแน่นอนและเป็นไปตลอดไป
จึงว่าอย่าหลงกับสิ่งใด ๆ เกินไป

"จงมองโลกให้ดี มองให้เห็นเป็นจริง"

สำคัญฝึกหัดอารมณ์ให้ออกห่างจากโลก
ได้มากเท่าใดก็ดีเท่านั้น
เราตั้งอยู่ไม่นานเลย
ท่านเปรียบไว้ *เหมือนกับฟองอากาศน้ำ*
เหมือนกับระยิบแดด
เหมือนกับหยดน้ำค้าง.

วิชาค้นหาตนเอง

ตั้งใจของตนทุกคน

ทำตัวเองให้ดีกว่าเก่า

อันใดตนยังไม่รู้ก็ทำให้รู้ขึ้นมา

เพราะผู้ใดทำตนให้พ้นจากทุกข์ได้

ผู้นั้นย่อมกระทำในสิ่งอันดีเลิศ

การศึกษาเล่าเรียนวิชาใด ๆ ในโลก

สู้การศึกษาค้นหาตนเองไม่ได้

เพราะวิชาค้นหาตนเอง

เราตถาคตได้ตั้งเอาไว้แล้ว

เพื่อเราทั้งหลายจะทำตนให้เห็นตนได้

"ที่สำคัญ เราอย่าไปฉลาดรู้กว่า
องค์พระพุทธเจ้าผู้เป็นบรมครู
สิ่งใดที่พระองค์ตรัสไว้แล้วนั้น
เป็นคำหนึ่งไม่มีสอง."

กาฝาก

กิเลส

ตัณหา

อุปาทาน

ความโง่เขลา

เป็นมารยาสารพัดสารพัน
อันจะทำให้เราหลงติดหลงยึด
ทำให้เราชอบนั่นชอบนี่
ทำให้เราติดนั่นติดนี่

เมื่อหลงมาติดพันแล้ว
ก็หาทางออกไม่ได้เลย
มิหนำซ้ำกลับมาฆ่าเราให้ตายอีก

เหมือนกับต้นไม้ที่เลี้ยงกาฝาก
นานไปกาฝากเครือเขาเถาวัลย์กลับ
ทำลายต้นไม้นั้นให้ตายได้.

เอาแผ่นดินเป็นครู

ดูนั่น!!!

ให้ดูอย่างแผ่นดินนั่น

ให้เอาอย่างแผ่นดินนั่น

ปราชญ์ท่านว่า...

"ให้มีใจหนักแน่น เหมือนแผ่นดิน"

เพราะแผ่นดินเป็นที่ตั้งลงของสิ่งใด ๆ ทั้งหมดที่เป็นโลกใบนี้ เช่นกันกับใจนี้ จะเป็นใจที่ทำประโยชน์ได้นั้น ต้องเป็นใจที่ไม่ขัดข้องต่อสิ่งใด ๆ

ทั้งหมดที่เป็นโลกของตน

ทีนี้จะอยู่ที่ไหนก็ตาม

หากเอาแผ่นดินเป็นครู

ตนของตนย่อมอยู่ได้

เพราะ เรารู้จักโลกอย่างถูกต้อง

และเต็มส่วน.

พวกคนโง่

คนติดโลก คนห่วงชีวิตเป็นตาย

คนอาลัยสังขาร อาลัยทุกข์

คนพวกมีนั่นมีนี่

คนพวกไม่ฝึกหัดจิต

มีมากในโลกนี้

จึงว่า...คนโง่ก็หลงอยู่แต่กับสิ่งต่าง ๆ

จนที่สุด *ไม่ยอมเชื่อใคร*

ไม่ยอมรับความดีของใคร

การที่จะนำตัวเองให้ออกไปจาก

สิ่งต่าง ๆ ที่เป็นโทษทุกข์

ยิ่งเป็นของไกลแสนไกลหนักหนา

จึงว่าคนโง่ทำตนให้ทุกข์

ผู้มีปัญญาทำตนให้ดีได้.

ดีที่หาโทษไม่ได้

ไม่เป็นไรหรอก

เขาว่าเขาดีของเขาแล้ว

ดีของเขานั้นจนทำให้เขาไม่กล้าที่จะ

ยอมรับความดีของผู้อื่น...

เขาดีก็ "ดี" เพื่อทำลายตัวเอง

เพราะสิ่งที่เรายังโง่อยู่มีมากนัก

อยู่ด้วยกันนี้ในตัวเราคนเดียวนี่ล่ะ

เดี๋ยวก็เป็นลูกศิษย์...

เดี๋ยวก็เป็นครูของเขา.

แล้วแต่จังหวะโอกาสกิริยา

จนกว่าเมื่อใดที่เราฉลาดบริสุทธิ์

เป็นผู้ได้ปัญญาที่บริสุทธิ์แล้วนั่นเอง

เราจึงจะแจ้งสว่างและสบายได้

เพราะตนของตน

ได้ "ดี" ที่บริสุทธิ์หาโทษไม่ได้.

หยุดเสียเถอะ

การจากไปของสิ่งที่ตนรัก ทั้งคน
ทั้งสิ่งของ ทั้งกิริยาอื่น ๆ ...นั้น
มันก็เป็นเรื่องจริง เป็นปกติโลก
จะมาร้องห่มร้องไห้ทำอะไร
หยุดเสีย! อย่าไปร้องไห้...
มันไม่มีประโยชน์
จะเอาเดือน เอาตะวันมาประดับบ้าน
มันได้เสียที่ไหน...
คนตายไปแล้วเขาก็ไปของเขา
ของเรานี่ต่างหากที่จะเป็นทุกข์ต่อไป

"คนมักเกิด มักเป็นผี..คนมักกินก็มักขี้"

คนเกิดมาต้องตายเพราะ
เกิดมาเพื่อตาย เขาเกิด เขาตาย
เราเกิด เราตาย
มื้อวันของใครของมันมีอยู่.

ของเล่นในโลก

ความสุขของสังขาร
ไม่เคยขาดจากความทุกข์

เพราะ *เป็นไปอย่างนั้น*
ไม่เที่ยงตรงอย่างนั้น
ไม่ได้อย่างใจเรา
เป็นของหลอกลวงอยู่ตลอด

จึงว่าให้สำรวมในสังขาร
เพื่อดับระงับสังขารนี้ให้ได้
"สังขาร" มันเป็นของเล่นในโลก

ใครชอบเล่นสังขารก็ไม่รู้จักความจริง

คนจริง ท่านไม่เกี่ยวข้องแล้วในสังขาร
ท่านไม่ละเล่นใด ๆ อีกแล้ว.

ระวังอารมณ์

เราเป็นพระเณร
เรามีผ้าเหลืองขององค์พุทธะห่อหุ้ม
เป็นเครื่องนุ่งห่มเครื่องหมายของเรา
ต้องสำรวมระวังไม่คึกคะนอง
ไม่ละเล่นสนุกสนานไปตามอารมณ์
มีอารมณ์ของกามเป็นต้น
มีสติหักห้ามใจ
ไม่ปล่อยใจไปตามอารมณ์
มีสติสำรวมอยู่

สำรวมอะไร ?
ก็สำรวมใจนี้เอง
เพราะหากจิตใจบริสุทธิ์แล้ว
อยู่ที่ใดก็มีความสุขได้
อดทนอยู่ได้ สุจริตอยู่ได้
เพราะตนไม่กำหนัดใน กาย วาจา ใจ.

เป็นที่จิต

เป็นเรื่องของนิวรณ์
เรื่องของอุปาทาน
เรื่องของวิปัสสนู
เรื่องเหล่านี้ มันเป็นที่จิต
ต้องชำระที่จิต

เรียกว่า ชำระอารมณ์
ชำระอายตนะผัสสะ

ทำจิตให้เป็นกลาง
ไม่ยินดีไม่ยินร้าย

รักษาจิตให้ตั้งอยู่ได้
จิตตั้งอยู่ได้แล้ว
จิตก็อ่อนสว่างไสว
เพราะพ้นจากนิวรณ์ได้
เพราะพ้นจากวิปัสสนูได้.

ลงที่ใจ

สังขารทั้งหลายเป็นทุกข์
ความไม่รู้สังขารทั้งหลายเป็นสมุทัย
ความรู้เท่าทันสังขารเป็นนิโรธ
ปัญญาผู้รู้เท่าทันสังขาร
และเป็นผู้ดับสังขารนี้ได้
เป็นมรรค

ด้วยเหตุนี้จึงว่าบัญญัติลงไว้ที่ใจ
ทุกข์ก็ใจ
สมุทัยก็ใจ
นิโรธก็ใจ
มรรคก็ใจ.

คำถาม

เมื่อ

กายใจนี้
ยังมีอยู่ปรากฏอยู่

จะดับอริยสัจ

ได้ด้วยอาการอย่างใด.



เชื่อตนเองได้แล้วหรือ

เราเองเชื่อตนเองแล้วเท่าใด

แน่นอนแล้วหรือยัง โลภอยากได้

โทสะโมโหร้าย

โมหะหลงมัวเมา

อิจฉาริษยาอาฆาต

พยาบาทปองร้าย

สิ่งเหล่านี้มีอยู่มากน้อยเท่าใด

ใครจะเป็นผู้ละ..?

ตนหรือใคร..?

อาตมาว่า...มีแต่ตนเท่านั้นที่จะละได้

ตนมันดื้อก็ตนปราบ

ตนพยศก็ตนปราบ

เพราะเราฝึกหัดก็ฝึกหัดตน

จึงให้เชื่อฟังตนเอง

ทำตนให้เป็นพยานแก่ตนให้ได้.

ความเป็นเอง

ธรรมดาความเป็นเอง
กายนี้เป็นธรรมดา
ใจนี้เป็นธรรมดา

ธรรมดาที่ทรงไว้ของมัน
เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งต่างหาก
มีดี... มีชั่ว... ไม่ดี... ไม่ชั่ว...
มีอันนี้เรียกว่าธรรมมีอาการ

ต่อเมื่อดับอาการของธรรมนี้ได้
จึงเป็นธรรม

เพราะธรรมคงธรรม
รวมเป็นธรรม

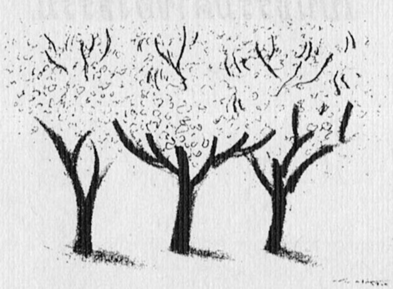
เป็นธรรมดาของธรรม.

หลักการปฏิบัติ

หลักการปฏิบัติของตนนี้
เป็นของจำเพาะใครจำเพาะเรา
จะรู้ จะเป็น จะเห็น จะดำเนินไป
ก็ให้มีสติอยู่เสมอ

รู้อยู่ตลอดทุกกิริยาอาการ
เพราะจิตจะผ่องใส
จิตจะเศร้าหมอง
ตัวก็เป็นผู้รู้เอง

รู้แล้วทีนี้
จะแก้ไขอย่างใดหรือไม่ ?
จะจัดการแก้ไขอย่างใด ?.



คำครู

ครูบาอาจารย์เพิ่นว่า...

"ศีลก็จิต สมาธิก็จิต ปัญญาก็จิต"

เป็นจิตที่มีสติควบคุมรักษาอยู่

ก็เป็นธรรมชาติปกติตามเดิมนั่นเอง

แต่มีสติทรงไว้

ศีลก็เป็นอธิศีลขึ้นมา

สมาธิก็เป็นอธิจิตขึ้นมา

ปัญญาก็เป็นอธิปัญญาขึ้นมา

"เกิดขึ้นมาได้"

เพราะอาศัยการปฏิบัติ

ผลของการปฏิบัตินี้

มันก็เป็นเฉพาะของใคร

เป็นเฉพาะของมันต่างหาก

จะรู้เองจะเป็นเอง.

ไม่หวั่นไหว

ใจนี้เองที่มันโง่
เป็นใจอวิชชาเป็นใจโง่

ชอบใจก็หลงก็ยินดี
ไม่ชอบใจก็หลงก็ยินร้าย
ยินดียินร้ายมันเข้าหาตัวจนหมด
เป็นกากของใจทั้งหมด
ยิ่งมันแสดงความโง่ออกมาร้ายกาจนัก
ให้เดือดร้อนให้วุ่นวาย
ให้ทุกข์ให้หวั่นไหว
จึงว่าการอบรมบ่มใจให้ฉลาด
นี่มันยากหนักยากหนา

แต่เมื่ออบรมได้แล้ว
ก็ได้ผลอันยิ่งใหญ่
ไม่เดือดร้อน ไม่หวั่นไหว.

ศรัทธายังไม่พอ

ศรัทธาในพระธรรม
ของตนยังไม่พอ

เพราะเอาใจเชื่อไปตามกิเลส
ประพฤติตนไปในทางของโลก

ธรรมะเครื่องแก้ไขใจใด ๆ
ตนจึงยังไม่เอาใจใส่
ยังเชื่อมั่นน้อยมาก
ไม่สนใจ ไม่พอใจ
ไม่ชอบใจ ละเลยเพิกเฉยกันอยู่

ตนของตนในวันนี้
จึงยังเปล่าประโยชน์
หรือก็ได้ประโยชน์น้อยมาก
เหตุเพราะพละกำลังของศรัทธา
ในธรรมะคำสอน มันน้อยมันเบา
มันอ่อนกำลัง.

จริตนิสัยของตน

อุบายภาวนานี้
ไม่เป็นทั่วไป เป็นของใครของมัน
แล้วแต่จริตนิสัย
สุดแท้แต่ว่าใจมันถูกกับอันใด

คำว่า "ถูก" คือ สะดวกใจ
สบายใจ
คล่องในวิตกวิจารณ์
ไม่ขัดข้อง
ไม่ติดขัด
ไม่ฝืดเคือง

อิริยาบถพระพุทธเจ้าไม่ห้าม
ห้ามแต่ใจขาดสติ
ให้ตั้งใจของตน
กำหนดใจไว้ของตน.

โภคะ

กรรมดี กรรมชั่ว
เป็นโภคะของสัตว์ทั้งหลาย
กรรมเป็นโภคะของสัตว์โลก

สมาธิ เป็นโภคะของศีล
*ปัญญา*เป็นโภคะของศีล
วิมุติ เป็นโภคะของศีล
*วิมุติญาณทัสสนะ*เป็นโภคะของศีล

สัตว์จะดีจะเลวทรามสุขุม
หรือประณีต
ก็เพราะดีและชั่วอันตัวทำ
ท่านจึงว่า “*สีเลนะโภคะสัมปทา*”
ผู้ถึงศีลย่อมถึงความดับ...
ดับแต่ทุกข์โทษ
จนที่สุดดับสังขาร
เป็นนิพพานได้.

ทุกข์ของโลก

ทุกข์ใด ๆ ในโลก
มันรวมลงที่ขันธ์ ๕ เน้อ
อันขันธ์ ๕ นี้
เป็นภาระหนักแท้ ๆ

พูดอย่างนี้ไม่ค่อยรู้เรื่องกัน
เพราะไม่รู้จักหน้าของตัณหา
ตัณหาเกิดที่ไหนไม่รู้
ขันธ์ ๕ อย่างใดบ้างไม่รู้

ไฟมันลุกที่ใดก็ให้ดับตรงนั้น
อายตนะนอกในกับการรู้
มันพาให้เกิดผัสสะ
เอาล่ะที่นี้มารู้ที่ผัสสะ
มันกระทบรู้กันแล้วก็เป็นสัญญา
แก้ขันธ์ ๕ ที่สัญญา
แก้ตัณหาที่ผัสสะ.

ของดีความดี

เกิดมาเป็นมนุษย์

มันได้สร้างบารมีความดีใส่ตน

กายดี - กายสะอาด

วาจาดี - วาจาสะอาด

ใจดี - ใจสะอาด

ให้ กำหนดจิต

พิจารณาจิต

ให้มันรู้ภายในตัวเอง

จะอย่างใดก็ตาม

ให้รู้ตัวเองอยู่เสมอ.



มีไว้ประกอบตน

ข้อศีล

ข้อวัตร

ข้อธุดงค์

เครื่องขัดเกลาใจตน

ให้มีประกอบตนไว้เสมอ

ผู้ที่ท่านได้ธรรมะ

ได้บรรลุสำเร็จนั้น

ท่านขยันกว่าเราเสียอีกมากเท่านัก

เพราะ...ท่านหมดเชื้อ

เชื้อของโลกดับสนิท

เชื้อของนิวรณ์ดับได้

เชื้อของอุปธิวิปัสสนูก็ดับได้

เหลือไว้ตัวเรานี้

ศีลมีอยู่อย่างใด

ข้อวัตรมีอยู่อย่างใด.

เว้นชั่ว

คนพูดชั่วทำชั่วคิดชั่ว
เขาก็ทำใส่เขานี้เอง
เขาก็พูดใส่หูเขาเอง
เขาก็คิดนึกเผาตัวเอง

เรารับไม่ได้ ฟังไม่ได้
ก็ให้วางไว้อยู่ตรงนั้น
คืนเขาไปจะยากอะไร
จะเก็บไว้ให้มันบุกรุกใจนี้ทำไม

ปากของเขา ใจของเขา
ก็ล้วนเป็นของเขาทั้งหมด
ตัวเราเท่านั้นที่รักษาตัวเอง

กิริยาบาปเป็นบาปเราไม่ทำ
เอาใจเว้น
หลีกให้ไกล
ไม่เอาใจใส่.

ใจนี้ทั้งหมด

ให้มีสติดูโลก
ให้รู้จักมัน ให้รู้จักกิเลสตัณหา
เอาสติอบรมใจ สั่งสอนใจ
ท่านว่า บาปก็ใจ
บุญก็ใจ
อะไร ๆ ก็ใจนี้ทั้งหมด

จึงให้ทำความบริสุทธิ์
ทำความดี
ให้หมั่นขยัน
ให้ตั้งใจของตน

ตั้งใจละความชั่ว
เพียรประกอบความดี
มีสติรักษาจิต
มีจิตฝักใฝ่ในความดี.

ไม่ลืม

ยังหนุ่มยังแน่น
ให้ตั้งใจบำเพ็ญของตน

เฒ่าแก่แล้วทำได้ยาก
เป็นแต่แบกกระดูกรอท่าตาย
ยิ่งเฉพาะจิตใจของคนเฒ่า
มันค้างแข็ง *ไม่ยอมลง*
ไม่ยอมรับ

ที่สำคัญ ทุกคนทุกวัย
อย่าลืมตน
ให้ดูตนสุขและทุกข์
ก็ตัวผู้เดียวคนนี้

ดูตัวเองดูทุกกิริยา
ให้มีสติอยู่กับตน.

การปฏิบัติธรรมไม่เจริญ

การปฏิบัติธรรมไม่เจริญ
เป็นเพราะว่า ขาดศรัทธา
ไม่มีหิริ
ไม่มีโอตตัปปะ
ฟังมาน้อย
ปฏิบัติน้อย
ขี้เกียจขี้คร้าน
หลงลืมไม่มีสติ
เขลาขาดปัญญา

ปัจจัยเหล่านี้
เหตุเหล่านี้
ทำให้การปฏิบัติธรรมเป็นไปได้ยาก
เพราะทำตนเหมือนกับพระจันทร์
ในวันข้างแรมมีแต่จะมืดไปหน้า.

ตัณหา

อยากดูหน้าตาของตัณหา
ให้ดูในขณะภาวนานี้

มันอยากเป็น อยากเห็น อยากได้
อยากสงบ อยากให้รวม
อยากให้ลง

เมื่อใดหนอมันจะสงบ
มันจะอยู่
มันจะตั้ง
มันจะรวมลงได้

นึกอยาก คิดอยาก อย่างนี้
อันนี้ละตัณหามาตันใจ
มันเป็นดำริใจชั่วร้าย
เป็นผลให้ผลเสียเป็นของเสีย

ท่านอาจารย์แหวน สุจิณฺโณว่า

"ตัณหา ตันตา ตันใจ"

โทษของตัวไม่ว่า

ครูบาอาจารย์ท่านว่า ท่านสอน
ท่านอบรม

ก็ว่าท่านว่าให้ ท่านด่าให้
ก็เพราะตัวไม่เห็นตาม
ตัวไม่ยอมรับความจริง

เพราะมัวเมาแต่ยุ่งอยู่กับจิตของตน
เมาแล้วไม่แก้
จึงให้โทษของตนให้มาก
ให้ดูให้มาก ให้แก้ไข
ให้พิจารณาให้ดี

อย่าเอาโทษให้ครูบาอาจารย์

เอาโทษนั้นใส่ตัว
จึงควรตัวควรด่าให้ตัวเอง

ควรว่าให้ตัว
ควรยกโทษของตัวให้หนัก.

ของแก้ไขยาก

ของแก้ยากที่สุดในโลก

คือ จิตใจที่ติดของดี

จิตใจที่ติดดี

จะแก้ด้วยศีล ด้วยสมาธิ

ก็ยังแก้ไขไม่ได้

ต้องแก้ด้วยปัญญา

เพราะ

การแก้ไขอาการนี้

มันต้องแจ้งชัด

ทั้งในเหตุและในผล

ฌานก็ให้มี ฌานุเบกขา

วิปัสสนาก็ให้มีวิปัสสนุเบกขา

แก้ไม่ให้ติดฌานสุข

แก้ไม่ให้ติดญาณ.

เทียบกันไม่ได้

โลกนี้สูงสุดไปติดอยู่พรหมโลก
ปัญญาสูงสุดของโลกก็ติด
อยู่กับฌาน เพราะมันห่วงภพ
ห่วงใจอาลัยฌาน
ห่วงสมุทัยใจขี้เมา

ฤๅษีติดฌาน
นักปฏิบัติติดโคตรภูญาณ
พระอรหันต์ไม่ติดเพราะ
เป็นประภัสสรบุคคลได้แล้ว

พระพุทธเจ้าทรงรู้ได้แจ้ง
พระอริยเจ้า ๓ ชั้นยังติดอยู่
แต่ก็ดีกว่าพวกเราเทียบกันไม่ได้
เพราะพวกเราติดหมด
ห่วงไปหมด หลงไปหมด
ให้ตั้งใจแก้ไขตัวเองต่อไป.

สงบสุข

ใจที่สงบในฌาณ
เป็นสงบ เป็นสุข

ใจที่แจ้งในวิปัสสนา
เป็นสงบสว่าง เป็นปัญญา

จิตอยู่ในสุข
กับ
จิตอยู่เหนือสุข
จิตสองอาการนี้อย่างใดดีกว่ากัน

อย่างหนึ่งจิตอยู่ในเวทนา
อย่างหนึ่งจิตพ้นจากจิต
จิตสองอย่างนี้
อย่างใดดีกว่ากัน.

ธรรมดาของตน

ปฏิปทาบารมีของสัตว์โลก
ใช่ว่าจะเสมอกัน
ด้วยอย่างนี้ไม่ว่าจะอยู่ที่ใด
ให้ตนเป็นอยู่อย่างธรรมดา
อยู่ด้วยตนปัจจุบัน
ไม่ยึดมั่นอันใดทั้งหมด
มีสติอยู่กับตัว
ไม่ตัดสินคนอื่นดีเลวอย่างใด
ทุกกิริยามายาของจิต
ต้องให้รู้ตัวอยู่เสมอ
อยู่อย่างธรรมดา
เป็นไปด้วยธรรมดา.

รู้เห็นหรือยัง

ความสุข ความทุกข์

ความเกิด ความดับ

มันอยู่ที่ใด มันอยู่กับใคร

เมื่อใดยังไม่เข้าใจธรรม

เมื่อนั้นยังเป็นทุกข์อยู่

เพราะไม่รู้ที่อยู่ของธรรม

ธรรมอยู่ตรงไหน ?

ธรรมอยู่ที่กาย

ธรรมอยู่ที่ใจ

ธรรมอยู่ที่รูป

ธรรมอยู่ที่นาม

บอกอย่างนี้ไม่รู้

จนกว่าที่จะทำตนเป็นธรรม

เห็นธรรมในตน

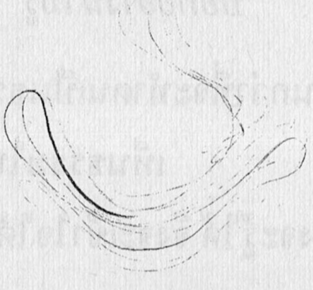
จึงจะรู้ได้ จึงจะเข้าใจได้.

ธรรมดาของจิต

กายของเราเป็นอย่างนี้
ความรู้สึกของเราเป็นอย่างนี้
จิตเราเป็นอย่างนี้

หัดวางข้างนอก
หัดละสัญญาตัวนอก
หัดปล่อยอารมณ์ตัวนอก

มีสติตั้งมั่นอยู่
รู้ตัวอยู่ในปัญญา
จิตจึงเป็นธรรมดา
อยู่ในความจริงตามจริง.



เหตุและผล

พูดถึงผล

ต้องมีเหตุมาจากเหตุ

มีเหตุต้องมีปัจจัย

อะไรที่เกิดขึ้น

อะไรที่เป็นอยู่

ต้องมีเหตุ มาจากเหตุ

สัตว์ทั้งโลกก็เช่นกัน

มีเหตุเป็นปัจจัย

มีปัจจัยเป็นผล

มีผลเป็นวิบาก

เหตุ คือ กรรม
ปัจจัย คือ กิเลสตัณหา

เหล่านี้เป็นเหตุเป็นผลของโลก

แม้เหตุผลของธรรมก็เกิดจากนี้

เช่นเดียวกันพิจารณาให้ดีเถอะ.

เครื่องอยู่

ให้อยู่ด้วยการรู้
ตัวไม่พลั้งเผลอทั้งกายใจ
ให้มีธาตุรู้อันบริสุทธิ์อยู่ตลอด

เพราะเราเป็นนักบวช
อย่างใดจะรู้จริงเห็นจริง
ให้ขวนขวาย
อย่าประมาท
ทำตนให้บริบูรณ์
รู้รอบทั้งในที่ลับและในที่แจ้ง
ค้นคว้าหาเหตุผลของธรรม

มีสติอยู่รอบในอารมณ์และสังขาร
ทั้งปวงนอกใน.

ใจขี้หลง

"สมุทัยใจขี้หลง"

อันนี้ท่านอาจารย์ขาว อนาลโย
เป็นคนว่าไว้...

"ใจอวิชชา ใจหลง ใจโง่
โง่กับสมมุติ หลงในสมมุติ
ชอบใจพอใจก็หลง
หลงเกลียด หลงชัง
มันน่าเบื่อหน่ายแท้นะท่านจาม..."

"ใจบ้านี้มันอยากได้ อยากดี
อยากมี อยากสุข ไม่ต้องการทุกข์
แต่มันแก้ทุกข์ไม่ได้
มันจึงเป็นบ้าหลงใหลไปกับทุกข์"

"ตั้งใจให้ดีเน้อ เอาให้ดีนะ..
จามเน้อ ระวังเน้อ".

คุรุธรรมล้ำเลิศวิศาล

อุบายธรรมของ...

หลวงปู่จาม มหาปุญฺโญ

ที่มา: จากการตอบคำถามญาติโยม

จากเรื่องเล่าประกอบธรรม

จากคำปรารภเมื่อมีเหตุ

จากคำชี้แจงแนะนำ

จากคำให้นิสัย

จากโอวาทในโอกาสพิเศษอื่น ๆ

รายนามผู้บริจาคเข้ากองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน

รายชื่อกองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน เล่มที่ 950 (22 ส.ค. - 6 ก.ย. 2555)

น.ท.ถาวร โสวรรณ์	100.-	คุณภูชงค์ นิ่มมา (3117)	500.-
คุณทวีเดช-ศิริ มเหศักข์อิทธิชัย	100.-	คุณเฉลิม พงษะบุตร	100.-
คุณอาภรณ์ อนุรักษ์ธนากร(2582)	400.-	คุณทรงศักดิ์ เง็กทองดี	200.-
คุณบงกช ศรีเหรา	520.-	คุณวทกร ไหลสงวนงาม	500.-
ครอบครัวแซ่เล่า	200.-	คุณสุภานัน วรรณกลาง	100.-
คุณนงเยาว์ ประกอบนันท์	100.-	คุณเติมศักดิ์-สำรวย แซ่โค้ว	50.-
คุณสมหวัง สุนทรครุฑ	100.-	คุณยุพเยาว์ กังวาน	200.-
คุณเผชิญ อิงคปกรณ์	200.-	คุณสายทอง ศรานุรักษ์	150.-
คุณสินธาร สุนทรภาส	500.-	คุณสุรีรัตน์ รุ่งเกียรติสิทธิ์	500.-
คุณวรรณี กิจกาญจนกูล	100.-	อุทิศให้คุณพ่อนิยม พุทธิเภสัช	100.-
คุณประเสริฐ ศรีสังวาลย์	300.-	คุณเกิด พุ่มกลาง	100.-
คุณทองหยิบ พุทธิเภสัช	100.-	พลโทชิต เศวตมาลย์	100.-
คุณพจนา อ้นสำราญ	100.-	คุณพรเทพ-อุไร พุทธิเภสัช	100.-
คุณกุ่ยอิม แซ่เฮง	50.-	คุณจำรัส ยิ่งคุ้ม	100.-
คุณสุทธิวรรณ พุทธิเภสัช	100.-	คุณชยุต นิธิธนสมบัติ (1836)	100.-
คุณผ่อง ขันทอง	200.-	คุณรวินันท์ พุทธิเภสัช	100.-
คุณวิสาข์-นพวรรณสันติพงษ์สกุล	100.-	คุณพนิดา แสงประจักษ์ (5290) ปี55-56	
คุณโชติมา ชั้นบุญ	300.-		1,000.-
คุณกาญจนา มงคลนวรัตน์	500.-	คุณพเยาว์ สังข์โพธิ์	1,000.-
คุณถมพัฒน์ ศรีจันทร์	200.-	คุณพูนศรี จันทรัตน์	100.-
คุณธนพ ชัยวัฒนธีรากร	100.-	คุณสุวรรณา แซ่ตั้ง	100.-
น.ต.บุญสืบ-ถนอม ผาสุข	100.-	คุณสมพงษ์ คำทอง	50.-
คุณพรรณี แซ่โซว	50.-	คุณสมจิตร สุขสุเมฆ	100.-
คุณวันทนา เชื้อแก้ว	100.-	คุณนวลจันทร์ ดีมา	100.-
คุณชุมพร บรรพเชิด	50.-	คุณสุวจี วรรคยานี	200.-
คุณวิรัตน์ จันทร์อธิกุล	50.-	คุณอัญชลี ปิ่นรอด	100.-
คุณเล็ก เลือดทหาร	50.-	คุณเสรี-สุนันท์ บัณฑิตไทย	100.-
คุณวิไลวรรณ สุวรรณศรี	50.-	คุณกุยกี-ทวีศักดิ์ อนุวารีพงษ์	200.-
คุณศศิวิมล เผ่าพันธ์เจริญ	100.-	คุณเหลือง-เสาวภา ฤทธิ์บุญ	100.-
คุณปรีชา-รัตนา สุขพรรณพิมพ์	100.-	คุณประเสริฐ-สมบูรณ์ ชาวสวน	100.-
ร.ท.วิรัช-ขนิษฐา ลักขณา	100.-	คุณภักดี-นวลพรรณ ทันนิเทศ	100.-
คุณสายทอง ไกรพ้น	100.-	คุณชินโชค เจริญพงศ์	60.-

คุณสุดา สายรัดเงิน	100.-	คุณพรม สุวรรณวิไลกุล	100.-
คุณณัฐนนท์ อุ่นพงศ์เจริญสุข	200.-	คุณจิรัฐิวรรณ โทลเนอร์	500.-
คุณแสนสุข ชัยตรรก+ครอบครัว	200.-	คุณสมถวิล สิริรัตนาวงศ์	100.-
คุณวิไลวรรณ เหมนาค	100.-	คุณสวรักษ์ รัตนศึกษา	200.-
คุณกุยฮวย โพธิคุณ	300.-	คุณมานะ รุ่งเรืองวรวัฒน์	100.-
คุณลักษมี จงถิรวงศ์	300.-	คุณกรรณิการ์ แก้วชาญค้า	150.-
คุณสุมาลี เพ็ชรศิริ	100.-	คุณนัทธมน เรือนมณี	60.-
คุณผณิมทรา แสงดีจริง	100.-	คุณสมบูรณ์ พรหมสิรินิมิต	200.-
บริษัทโอเปี่ยมเพลสเมนเนสเม้นท์จำกัด		คุณไฉน สิมะวัฒนา	500.-
	100.-	คุณสมหวัง เมฆพยัพ	100.-
คุณแม่เอี้ยงเค็ง แซ่ตั้ง	50.-	คุณเยาวเรศ-ปภาณิน คัดนางกูล	100.-
น.ท.ธีรศักดิ์ พลจันทึก	200.-	คุณอบมณี พงษ์บุญคุ้มลาภ	100.-
คุณเม่งซวง แซ่พู	100.-	คุณณัฐชยา กุลจิตติสันต์	20.-
คุณฐิติพันธ์ สานุพงศ์	100.-	คุณสุดาพร สุวรรณประไพศรี	500.-
คุณพ่อจุน-แม่ชลอ เกลื่อนวัน	100.-	คุณชัยพัฒน์ คุณกัณหา	100.-
คุณพัชรา สังข์ศรี	50.-	คณจารุวรรณ ใจมา	100.-
คุณทัศชณี เข็มวงษ์	75.-	คุณสงวน งามศิริ และครอบครัว	600.-
คุณวิรัช-สายหยุด แตงงาม	200.-	คุณวรรณี กาญจนาคาร	100.-
คุณสุนีย์ ค่านเกษมศานต์	500.-	คุณวรรณา เจริญเสนีย์	100.-
อุทิศให้พ่อเต็กพง แซ่ชี-แม่โบ๊หลั่น แซ่ด่าน		คุณวิไลวรรณ อำคำสง	1,000.-
คุณเกษร แหนมเชย +ครอบครัว	500.-	ข้าวสารบางปู	300.-
คุณยุพาพร แซ่โอว	50.-	คุณสมพจน์ สุวรรณ	300.-
ครอบครัวธรรมารักษ์	40.-	คุณพรรณอร คำภูแก้ว	200.-
คุณเสาวลักษณ์ สินธุศักดิ์วงษ์	80.-	คุณคำ นาดี	200.-
อุทิศให้แม่ฮวน อัตภาพ	100.-	คุณบุญเรือน กิมเกถนอม	200.-
คุณจินตนา เสนาพิทักษ์	100.-	คุณสมจิตต์ ทางสายกลาง	200.-
คุณดวงกมล ครัวประเสริฐ	1,000.-	คุณทองมา พรกระจ่างสกุล	100.-
คุณสมพร อัศวแสงรัตน์	100.-	คุณกาญจนา มุกด์มณี	200.-
คุณวราทิพย์ อัศวแสงรัตน์	50.-	คุณยุภา เทพาวัฒนาสุข	100.-
ครอบครัวคุณสุชาติ-วิมล เจริญผล	100.-	คุณจำรูญ-วิสนี สงวนสัจพงษ์	100.-
คุณชลธร จารุธเนศ	4,000.-	คุณกนกนาค ลิ้มสวัสดิ์	50.-
คุณสุธิศา คงเสถียร	100.-	ครอบครัววรพรทัศนา	100.-
คุณร่มบุญ อุดมสิน	220.-	คุณศิริพร	300.-
คุณจินตนา หลิมศิริวงษ์	150.-	คุณสุนทร กานดา	200.-
คุณผกาพร ขวงใย	75.-	คณนิมิตร พลายพงษา	100.-
คุณทรงพล รพีพรรณ	1,000.-	คุณชุมพล พลายพงษา	100.-

คุณวราพร เกิดรัตนพร	70.-	ดช.วงศกร กรวยสวัสดิ์	100.-
คุณสุภาภรณ์ วงษ์สถาปนาเลิศ	400.-	ดช.ทิวัตถ์ สื่อสุวรรณ	100.-
คุณแท้ ณ มหาไชย (0495)	1,000.-	ดญ.มิตรดา คเชนทร	100.-
คุณวัลลีย์ ใจวิศาล	1,000.-	ดช.ชัยรัต พุ่มรอด	100.-
คุณอาภรณ์ วิทยาสกุลชัย	100.-	ดญ.ชุติมา บุญบัว	100.-
คุณไพจิตต์ เฉลยวาเรศ	200.-	คุณโฮก-เจียก บัณฑิธาดาวิทย์	50.-
คุณนิธิอนงค์ ประเสริฐอัมพร	200.-	คุณปฏิพล รุ่งจิรโรจน์+ครอบครัว	100.-
คุณทองศรี อิราชา	40.-	คุณบุญศรี อินทพงษ์	100.-
คุณธีรวัฒน์ สมสิริกาญจนคุณ	300.-	คุณจำปา สุทธิพันธ์	300.-
ครอบครัวขิ้มเจริญ	100.-	ครอบครัวลิ่วเฉลิมวงศ์	50.-

รายชื่อกองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน เล่มที่ 951 (7 ก.ย. - 18 ก.ย. 2555)

คุณสุภานัน สุเมธเมธาชัย	1,000.-	คุณกาญจนา ทนุพงษ์	100.-
แม่ชีดารณี ภู่สุวรรณ	300.-	คุณทวีวัฒน์-สิทธิ์ อังศุไพฑูรย์	500.-
คุณสุนีย์ รัตนอุทัยพร	500.-	คุณสุพิตร รัตนดิลก ณ ภูเก็ต	300.-
คุณสมพจน์ สุวรรณ	200.-	คุณพิศมัย ภู่เผือก	500.-
คุณอุษา โลพันธ์ศรี	200.-	คุณสอิ้ง เซ่งไพเราะห์	800.-
คุณวนิจชา พจนพิสุทธิ์	100.-	คุณจิรัสยา พันธ์ศิริ	100.-
คุณทัศชณี เข็มวงษ์	80.-	คุณมณฑา กิริยา	100.-
คุณปัทมา คำหอม	500.-	คุณสมบูรณ์ เล็กเลิศ	140.-
คุณสุจินต์ ธนะภูมิกุล	500.-	คุณไล้ สุขรุ่งเรือง	100.-
คุณศุกล สมบัติวงศานต์	90.-	คุณสันติพล อุดมคณารักษ์	50.-
ครอบครัวคุณสมศักดิ์ พุฒิมานนท์	500.-	ครอบครัวธนูทอง	100.-
คุณชาญวิทย์ วงศ์ภัทรฐิติ	200.-	คุณวุฒิชัย พูลสมบัติ	60.-
สมาชิก 1788	100.-	คุณสมบูรณ์ สุพัฒนวาณิชกุล	100.-
คุณอรวรรณ มานะวงศ์ (3830)	1,120.-	คุณกัลยา พฤกษาสวย	500.-
คุณมาลี คงวารี	50.-	คุณยาใจ เพ็ชรรัตน์	500.-
คุณปฏิพัทธ์ สวัสดี	500.-	คุณสนอง จำรักษ์ (3505)	100.-
นายแพทย์อลงกรณ์ ชุตินันท์	1,000.-	คุณพัฒนา สวัสดี (5176)	500.-
คุณสุพัตรา ลิมป์หิรัญรักษ์	100.-	คุณสุภา จุลเสวก	1,000.-
คุณวรวรรณ-สิงโต วรจรัสรังสี	100.-	คุณชลธร	9,550.-
คุณสำรวย จุ้นแดง (4516)	1,000.-	อุทิศให้นายจง แซ่หว่อง-นางจงจิต แซ่ม้า	
คุณอรพินท์-สกล สุธรรมโน	100.-		100.-
คุณบุญชู สีกัน	500.-	อุทิศให้สุนทร-ปราณี วรจรัสรังสี	100.-
พลโทชิต เศวตมาลย์	1,750.-	ร.ท.ไชยรัตน์ รน. - คุณชมพร เกตุแก้ว	
คุณอภิชาต์ อุณาพรหม	100.-		400.-

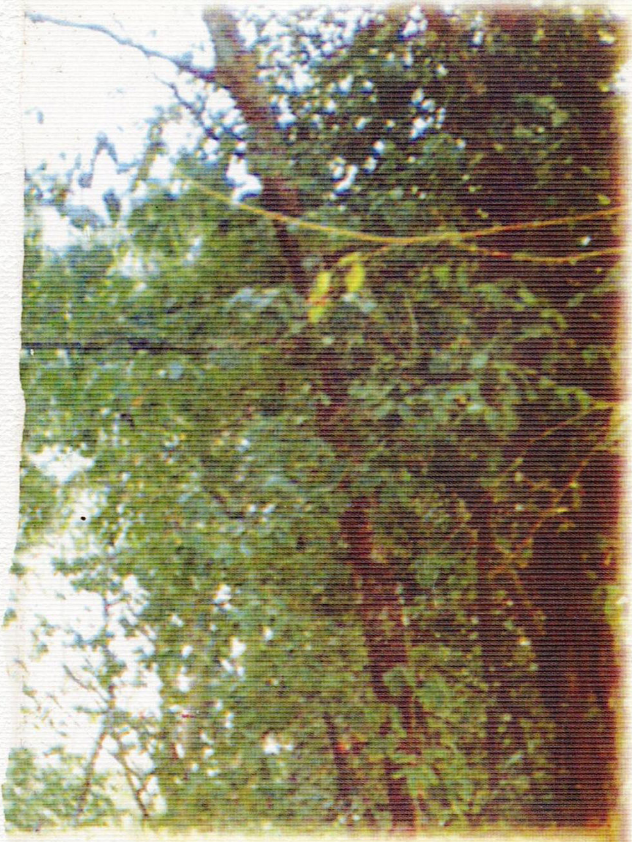
คุณยุภา เทพาวัฒนาสุข	100.-
อุทิศให้สมบูรณ์ วรจรัสรังสี+ตัวเล็ก	100.-
คุณดวงพร กาญจนุปกฤต	500.-
คุณวราภรณ์ จันทะพรม	500.-
คุณวรพร ทองผาสุข	100.-
คุณนิดา ตั้งวรสิทธิชัย (3164)	1,000.-
คุณสุทธิเกียรติ ธีรธนานุกูล	200.-
คุณกฤษณ์ ต่อชีพ	500.-
คุณจารุวรรณ สิทธิสรวง	100.-
คุณสมศักดิ์ สุขสว่าง	500.-
คุณมะลิ รัตนเสถียรกิจ	1,000.-
คุณประทีป แก้วบุศราคัม	100.-
คุณพิศาล-พิสิฐ ลี่พิทักษ์วัฒนา	50.-
คุณสุนีย์ ด่านชัย	200.-
คุณประกอบ ต่อมกระโทก(4680)	300.-
คุณเอนก-ปราณี ทรงแสงธรรม	100.-
คุณสุชาดา ณ พัทลุง	500.-
คุณพรรณา กระจายศรี	100.-
คุณพวง ประแจกัน	500.-
คุณสุจิตรา ศรีบัว	300.-
คุณวนิดา ตริยางกูรศรี	1,000.-
คุณยายบุญส่ง สุวรรณบัตร	500.-
คุณจุฑามาศ สุภาผล	1,000.-
คุณศริยา คลอวุฒิวัฒน์	100.-
คุณเรียม ภาคาพุฒ	100.-
คุณธนวัฒน์ พัฒนพงศ์	50.-
คุณพวงเตย มีผลกิจ	300.-
คุณอัญชลี หาญเจริญกุล	300.-
คุณปรานี มีชูทรัพย์	300.-
อุทิศให้แม่แตงกวย แซ่ตั้ง	500.-
คุณยุทธนา-มาลี ธนาเพิ่มพูลผล	500.-
คุณไพโรจน์-อัญชนา ธนาเพิ่มพูลผล	200.-
คุณกุมุทนาท กาญจนกิจ	500.-
คุณทรงพล-คญ.เฌศรางค์ ธนาเพิ่มพูลผล	500.-

คุณยายลัด เพ็ชรยำกูล	500.-
คุณเนียร แซ่เล้า	50.-
อุทิศให้นฤมล-พจนา วรจรัสรังสี+หัวโต	100.-
คุณพรเลิศ ธนเวสสุวรรณ	1,000.-
คุณนิตยา มีสมวงษ์	20.-
พระสมชาย ศรีเลิศ	600.-
คุณพรทิพย์ บรรเจิดกรพินธุ์ (3165)	1,000.-
คุณประยงค์ จันทร์ประสิทธิ์	500.-
คุณอัจฉรา เหมือนแท้	100.-
คุณทองสุข รื่นฤทธิ์	200.-
คุณศรีธวัช พัฒนสุพงพ์ (2562) อุทิศให้คุณวันทนีย์ พัฒนสุพงษ์	3,000.-
คุณอรอนงค์ รักชาติ	40.-
คุณสุดใจ สุทธิเวช	200.-
วัดบ้านหนองหัวแรด	300.-
คุณพวงมณี สุทธิพิณธวงศ์ อุทิศให้คุณขจร สุทธิพิณธวงศ์ อุทิศให้คุณจันทร์ตา บุญหอมนาน	400.-
คุณจำรัส แซ่พู่	500.-
คุณชนันท์-อมรา อัคคะพงษ์	4,000.-
คุณแสวง จอนเจิดสิน	1,000.-
คุณสุนีย์ ขันติวณิชย์	200.-
คุณเสนอ-ณัฎภาร์ บูรณภวังค์	1,000.-
คุณเครือวัลย์ นันทพานิช	100.-
คุณณัฐชยา กุลจิตติสันต์	20.-
คุณธิดา สุวรรณโกศัย	300.-
คุณอัมพร ชูอำนาจ	300.-
คุณผาณิต กัลยาณสุโข	100.-
คุณทิพย์กมล ธนาเพิ่มศรีสกุล	100.-
คุณยรรยงค์ ธนาเพิ่มพูลผล	200.-
คุณศิริรัตน์ ธนาเพิ่มพูลผล	200.-
คุณพัชรี ชื่นสมทรง	500.-
คุณสุชาติ ลิมโปดม	500.-
คุณเกษร พราพงษ์	500.-

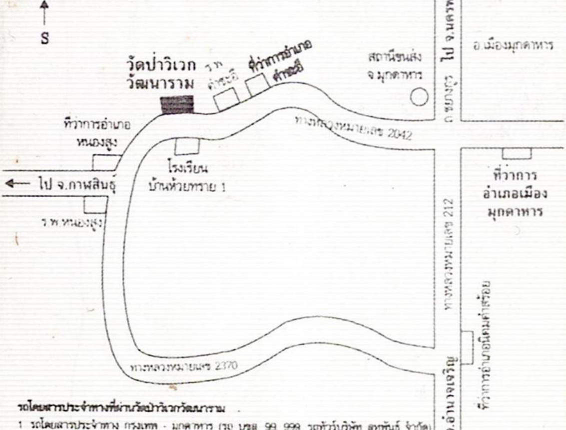
รายชื่อกองทุนพลังชีวิต อาคมธรรมทาน เล่มที่ 952 (18 ก.ย. - 1 ต.ค. 2555)

คุณป้าสุมาลี เพ็ชรศิริ	100.-	คุณสายทอง ศรานุรักษ์	50.-
คุณง่วน แซ่ตั้ง	500.-	คุณบุญสม จันทร์รุ่ง	500.-
คุณพรรณอร คำภูแก้ว	200.-	คุณแก้ว ภัทรวิริยะกิจ	120.-
คุณวรรณวิภา ว่องเกียรติถาวร	50.-	คุณลิบ-ออโรร่า พุทธิสาร	500.-
คุณอัญชลี ศรีตะลาลัย	200.-	คุณพรพรรณ เกษมพงษ์ทองดี	200.-
คุณเตือนใจ งามการเมือง	50.-	คุณอัญชัญ ศรีตะลาลัย	100.-
น.อ.พยุง-มยุรี เย็นเป็ง	200.-	คุณประทวน กลัดพิบูลย์	100.-
คุณกวินทิพย์ ชูเสือหึง	200.-	คุณณัฐพิพัฒน์ จอดนอก+ครอบครัว	200.-
คุณสมบูรณ์ พรหมสิรินิมิต	200.-	คุณวิไลวรรณ-ฉวี วิหกรัตน์	50.-
คุณก่วง ชอนไธสง	205.-	คุณสุวรรณา แซ่ตั้ง	100.-
คุณธนพ ชัยวัฒนธีรากร	100.-	คุณราณี วัชรีคุปต์	500.-
คุณเกื้อกูล ศรีวัฒกพงศ์	100.-	คุณทวีศักดิ์ ส่งแสง	20.-
คุณสุรีย์ สุวรรณมงคล	100.-	คุณวิเชียร แก้วลังกา	10.-
คุณบุญมา พวงมณี	100.-	คุณปฐมพนธ์ สุวรรณมงคล	100.-
คุณประสงค์-ประนอม ขี่ส่อง+ครอบครัว		คุณฉันทนี ครองหรั่น	100.-
	200.-	อุทิศให้พ่อเฮงม้วน แซ่ตั้ง	200.-
คุณสุมานี แสงวิจิตร (2254)	500.-	คุณเหลือง-เสาวภา ฤทธิ์บุญ	100.-
อุทิศให้แม่สุรีรัตน์ จาตุรนต์เกาศัลย์		คุณพรจิตร โลหะบัณฑิตวงษ์	200.-
	200.-	คุณธิดา ไกรแก้ว	80.-
คุณเตือนใจ แก้วแท้	100.-	คุณฉวีวรรณ พินเจริญ (3412)	100.-
คุณบัญชา ปึงพิพัฒน์ตระกูล	500.-	คุณวิริยา เตียเจริญ +ครอบครัว	500.-
คุณศรัณย์ เรืองขจร	100.-	คุณศิริวรรณ เกตุจินากูล	420.-
คุณสุภี บุนนาค	300.-	คุณศิริ-ทวีเดช มเหศักข์อิทธิชัย	100.-
คุณสุภาภรณ์ วงษ์สถาปนาเลิศ	300.-	คุณองุ่น บัวอ่อน	200.-
คลินิกกระวีทันตกรรม		คุณบังอร กาญจนจิตร์	500.-
คุณสิริฉาย-ทพ.วรฉัตร สุวรรณโครช	500.-	คุณศิริพร ปัญญ์เอกวงศ์	1,000.-
คุณรัตนาภรณ์-ดญ.ปุณณาภา สุวรรณโครช		คุณสมพร ฟักป้อม	100.-
คุณสมพร นัยโมกข์	200.-	คุณบุษกล อื้อสกุล	1,000.-
คุณประภาส สุวิชชากุล	30.-	คุณเกษม ประภัสสรกุล	100.-
คุณภัทรา ภาณุพันธุ์ชัยกูล	1,000.-	คุณอรุณี ตาปนานนท์	400.-
คุณอัมพร แน่นอุดร	100.-	คุณรวีวรรณ ธรรมธนารักษ์	1,000.-
คุณสุรัตน์ คุณวงศ์ (4605)	1,000.-	คุณสมนึก ฐิตานันทบุตร	160.-
พลไทชิต เศวตมาลย์	100.-	คุณประยงค์ เย็นอาคาร	100.-
คุณสมหวัง สุนทรครุฑ	100.-	คุณวิไลวรรณ สุวรรณศรี	50.-
คุณเติมศักดิ์ แซ่โค้ว	50.-	คุณสุภานัน วรรณกลาง	100.-

บริษัทไอเปี้ยมเพลสเมนเนสเม้นท์จำกัด	100.-
คุณกอบมณี พงษ์บุญคุ้มลาภ	100.-
คุณละออง สุวรรณชื่น	50.-
คุณคมกฤช-อนงค์นุช อรสว่าง	300.-
คุณพคล พงษ์บุญคุ้มลาภ	100.-
คุณพจนา อ้นสำราญ	100.-
คุณพูนทรัพย์-อารีย์-ดช.สุภทรชัยวอนเป้า	300.-
คุณธีรนุต-พิมพ์ใจ อุดมวัน	100.-
อุทิศให้พ่อย่งกิม แซ่จิว อุทิศให้คุณวิทยา จิระธนาไพบูลย์ อุทิศให้คุณเฉาก๊วย	100.-
คุณวันทนา ชัชวาลย์พันธ์	200.-
คุณจริยา นิลประภา	500.-
คุณถิรพรรณ ผลสุทธิชัย	200.-
คุณสมพงษ์ คำทอง	100.-
คุณมานิต ทองมา	200.-
คุณบุญเรือน กิมเกถนอม	200.-
คุณพจน์ สินสมบูรณ์	300.-
คุณวราทิพย์ อัศวแสงรัตน์	50.-
คุณเรณู กลิ่นสุหร่าย +ครอบครัว	50.-
คุณรักษ์-สมพงษ์ หุตานุกูล	200.-
คุณเล็ก เลือดทหาร	50.-
คุณสมหมาย ปานสว่าง-คุณวิไลลักษณ์ มงคลล่า	100.-
คุณณิชาพร แก้วนพกุล	100.-
พ.อ.หญิงพรทิพย์ มุตติศานต์	200.-
คุณเพ็ญศรี ประสิทธิ์วัฒนเสรี(2971)	500.-
คุณเยาวเรศ-ปภาณิน คัดนางกูล	100.-
อุทิศให้นายจงแซ่หว่อง-นางจงจิตแซ่ม้า	100.-
อุทิศให้นฤมล-พจนา วรจรัสรังสี+หัวโต	100.-
คุณกุ่ยอิม แซ่เฮง	50.-
คุณมาลัย ศุภพิทักษ์สกุล (0788)	500.-
คุณมันทนา ศิริพานิช	120.-
คุณอัญชลี ปิ่นรอด	100.-
คุณบุญชัย พงษ์บุญคุ้มลาภ	100.-
คุณวลัยพร ลิมปกรณ์กุล	200.-
คุณนวลพรรณ ทันนิเทศ	100.-
คุณนพพร พงษ์บุญคุ้มลาภ	100.-
คุณถวิล ช้างสุวรรณ	400.-
คุณนพรัตน์ พงษ์บุญคุ้มลาภ	100.-
คุณประสิทธิ์ สิทธิกิจ	200.-
คุณธนาภรณ์ หนองคาย	20.-
ครอบครัวเพ็งปาน	100.-
รศ.ดร.จิตรพรรณ ภูษาภักดีภพ	850.-
คุณธีรพงษ์ จรรยงค์วรกุล	200.-
คุณภาณี ศรีโสภาเจริญรัตน์	100.-
คุณนวลจันทร์ ดีมา	100.-
คุณพ่อจูน-แม่ชลอ เกลื่อนวัน	100.-
คุณจารุวรรณ ใจมา	100.-
คุณจินตนา เสนาพิทักษ์	100.-
คุณสุวรรณา เพชรภิเษกสิทธิ์	50.-
คุณสมพร อัศวแสงรัตน์	100.-
คุณวิมล วีนะนาวิน	200.-
คุณถมพัฒน์ ศรีจันทร์+ครอบครัว	200.-
คุณละเมียด สุคนธ์ประดิษฐ์	200.-
ร.ท.วิรัช-ขนิษฐา สักขฌา	100.-
คุณจุลนีย์ บูรพาภิภพ (4069)	500.-
คุณอรพินท์ แก้วนพกุล	100.-
คุณกาญจนา มงคลนวรัตน์	300.-
คุณแม่งซวง แซ่พู	100.-
คุณวรวรรณ-สิงโต วรจรัสรังสี	100.-
อุทิศให้สุนทร-ปราณี วรจรัสรังสี	100.-
อุทิศให้สมบูรณ์วรจรัสรังสี+ตัวเล็ก	100.-
คุณกาญจนา มุกด์มณี	200.-
วัดท่าลิพง (1416)	500.-

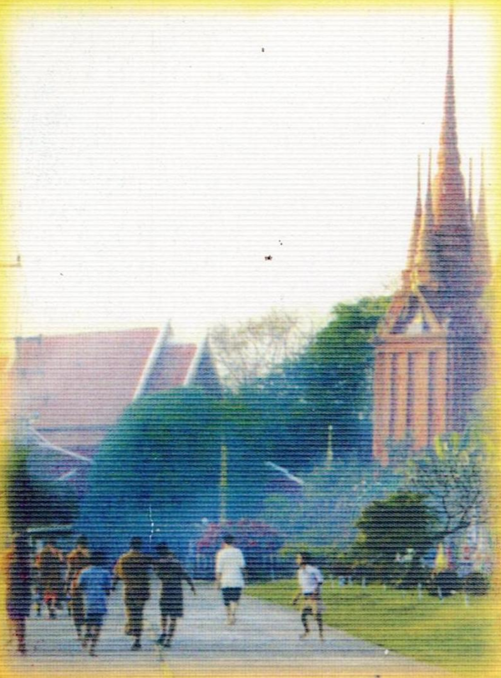


แผนที่ไปวัดป่าวิเวกวัฒนาราม



รถโดยสารประจำทางที่ผ่านวัดป่าวิเวกวัฒนาราม

1 รถโดยสารประจำทาง กรุงเทพ - มุกดาหาร (รถ บขส. 99, 999. รถทัวร์บริษัท สกทันธ์ จำกัด)
2 รถโดยสารประจำทาง มุกดาหาร - ขอนแก่น
3 รถโดยสารประจำทาง มุกดาหาร - พัทยา
4 รถโดยสารประจำทาง มุกดาหาร - มหาสารคาม



วัดป่าวิเวกวัฒนาราม

บ้านห้วยทราย ต.คำชะอี อ.คำชะอี
จ.มุกดาหาร

" ให้ไว้เพื่อลูกหลาน
ได้ศึกษาปฏิบัติ
พิจารณาตรึกตรอง
สืบทอดต่อธรรมะ
ของพระพุทธเจ้า "

หนังสือจัดพิมพ์เพื่อเผยแพร่เป็นธรรมทาน ห้ามจำหน่าย